MaHaRSa

TENTANG MANUSIA

Dari Pikiran, Pemahaman, sampai dengan Perdamaian Dunia

Reza A.A Wattimena

TENTANG MANUSIA

Dari Pikiran, Pemahaman, sampai dengan Perdamaian Dunia

Reza A.A Wattimena

MaHaRSa

Penerbit Maharsa

Daftar Isi

Pendahuluan: Tentang Manusia

Satu hal yang tak terbantahkan: manusia adalah mahluk dominan di bumi ini. Buah karyanya telah mengubah wajah dunia. Ini semua menjadi mungkin, karena manusia mampu bekerja sama dengan berpijak pada prinsip-prinsip yang rasional. Kerja sama yang erat ini tidak hanya membuat mereka kuat, tetapi juga berkembang melampaui batas-batas fisik mereka sendiri.

Lima ratus tahun yang lalu, orang hanya bisa hidup sampai dengan usia 30 atau 40 tahun. Namun kini, di usia yang ke 65, orang masih tetap bisa hidup dengan sehat. Bentuk kehidupan sosial manusia pun kini makin kompleks, misalnya dengan keberadaan internet dan jaringan sosial yang mengubah seluruh makna hubungan antar manusia. Patah hati dan revolusi politik kini bisa dipicu hanya dengan satu ketikan di jaringan sosial internet.

Dominasi manusia atas bumi ini juga memiliki wajah yang kelam. Ratusan spesies punah setiap harinya, akibat ketidakseimbangan alam. Atmosfer dunia rusak, akibat polusi yang diciptakan oleh asap industri dan aktivitas sehari-hari lebih dari 6 milyar manusia di bumi ini. Perlahan tapi pasti, bumi menjadi tempat yang tidak cocok untuk lahir dan berkembangnya kehidupan.

Filsafat dan Ilmu Pengetahuan

Tentang manusia dan kehidupannya, filsafat dan ilmu pengetahuan telah menggunakan berbagai metode untuk memahaminya. Di sini, manusia dipahami sebagai mahluk yang berakal budi. Dengan akal budinya, manusia mampu bekerja sama, dan kemudian mewujudkan visi hidup mereka menjadi kenyataan.

Tidak hanya akal budi, manusia juga adalah mahluk emosional. Mereka mampu merasa, dan bertindak dengan berdasarkan perasaannya itu. Mereka juga mampu merasakan kasih kepada manusia, mahluk hidup dan bahkan benda mati lainnya. Perpaduan antara akal budi, emosi dan kerja sama menghasilkan peradaban manusia beserta segala kompleksitasnya.

Di satu sisi, manusia adalah mahluk individual. Ia memiliki perasaan dan pikiran yang hidup serta berkembang di dalam kehidupan pribadinya. Di sisi lain, ia adalah mahluk sosial. Identitasnya ditentukan dalam hubungannya dengan dunianya.

Martin Heidegger, filsuf Jerman, mencoba menanggapi secara kritis konsep ″manusia″ yang berkembang di dalam filsafat dan ilmu pengetahuan. Kata ″manusia″ sebenarnya mengandaikan adanya pemahaman tertentu sebagai latar belakangnya, yakni pemahaman yang khas tertanam di dalam filsafat Barat yang dipengaruhi filsafat Yunani dan agama-agama monoteis, seperti Yahudi, Kristen dan Islam. Bagi orang yang tidak lahir di dalam peradaban semacam ini, konsep ″manusia″ dipahami secara berbeda.

Oleh karena itu, Heidegger mencoba menghindari penggunaan kata ″manusia″ di dalam tulisan-tulisannya. Ia memilih menggunakan kata *Dasein*, yang berarti ″ada di sana″. Di dalam filsafat Jerman, ini disebut juga sebagai destruksi metafisika, yakni mencoba mengajukan ulang secara kritis dan mendalam pertanyaan tentang ″Ada″ (*Sein*). Pola berpikir ini nantinya berkembang di dalam pemikiran pasca modernitas, misalnya di dalam pandangan Derrida tentang dekonstruksi yang mencoba menunda beragam kepastian pemahaman (*Sinnsverschieben*).

Filsafat Timur, yang berkembang di Nepal, India, Cina, Jepang dan Korea, memiliki pemahaman yang sama sekali berbeda tentang manusia. Manusia tidak dilihat sebagai mahluk istimewa, tetapi sebagai bagian tak terpisahkan dari segala hal yang ada di alam semesta ini. Sama seperti segala hal lainnya, manusia adalah cerminan dari jiwa universal yang disebut juga sebagai *Atman*. Di dalam beberapa tradisi,

seperti tradisi *Zen*, manusia tidak dijadikan konsep, dan bahkan tidak dibicarakan sama sekali.

Buku Ini

Buku ini adalah kumpulan pemikiran saya yang tersebar di berbagai media selama tahun 2015, ketika saya sedang belajar di Jerman. Di dalam buku ini, beragam pemahaman tentang manusia ini dikupas secara ringan, mendalam, serta sejalan dengan beragam penelitian terbaru yang berkembang di dalam ilmu pengetahuan modern, seperti neurosains. Buku ini juga dapat dilihat sebagai kelanjutan dari buku yang pernah saya sunting bersama mahasiswa Fakultas Filsafat Unika Widya Mandala Surabaya, yakni *Membongkar Rahasia Manusia, Telaah Lintas Peradaban Filsafat Timur dan Filsafat Barat* (Kanisius, 2010). Namun, buku ini tidak hanya bergerak di tataran teoritis, tetapi juga mencoba melihat pergulatan manusia di dalam kehidupan sehari-harinya. Ia juga tidak hanya menggambarkan lika liku kehidupan manusia, tetapi juga menawarkan arah untuk perkembangannya.

Buku ini saya persembahkan kepada orang-orang yang ingin memahami apa artinya menjadi manusia di abad 21 ini. Ilmu-ilmu sosial dan ilmu-ilmu manusia kerap kali jatuh pada pemaparan yang jauh dari pergulatan hidup manusia sehari-hari yang penuh dengan keringat dan air mata. Buku ini tidak ingin mengulangi kesalahan yang sama semacam itu. Harapannya, pembaca bisa menemukan pencerahan pemikiran, serta menemukan, siapa diri mereka sejatinya.

Terima kasih saya ucapkan kepada *KAAD-Jerman* serta Fakultas Filsafat Unika Widya Mandala Surabaya yang telah mendukung beragam penelitian saya selama beberapa tahun ini.

München, Januari, 2016
Reza A.A Wattimena

Ciri dan Gerak Pikiran Manusia

Begitu banyak orang mengalami penderitaan dalam hidupnya. Hampir semua bentuk penderitaan datang dari pikiran, baik dalam bentuk kecemasan akan masa depan, maupun penyesalan atas masa lalu. Penderitaan nyata sehari-hari bisa dilampaui dengan baik, jika orang mampu berpikir jernih, jauh dari kecemasan dan penyesalan yang kerap mencengkram pikirannya. Sebaliknya, hal kecil akan menjadi sulit dan rumit, ketika pikiran orang dipenuhi dengan kecemasan dan penyesalan.

Orang semacam itu akan sulit berfungsi di masyarakat. Mereka tidak bisa menolong diri mereka sendiri. Akibatnya, mereka pun cenderung menjadi penghambat bagi orang lain, dan bahkan bisa membuat orang lain menderita. Beban pikiran yang berlebihan membuat orang tak mampu menyadari, betapa indah dan sederhana hidup manusia itu sebenarnya.

Pikiran Manusia

Kunci untuk mencegah hal ini adalah dengan memahami hakekat dan gerak pikiran manusia. Setiap bentuk konsep adalah hasil dari pikiran manusia. Dengan konsep itu, manusia lalu menanggapi berbagai keadaan di luar dirinya. Dalam hal ini, emosi dan perasaan juga merupakan hasil dari konsep yang berakar pada pikiran manusia.

Apa ciri dari pikiran manusia? Ada tiga ciri mendasar, yakni tidak nyata, sementara dan rapuh. Pikiran itu bukanlah kenyataan. Ia adalah tanggapan atas kenyataan. Pikiran dibangun di atas abstraksi konseptual atas kenyataan.

Pikiran juga sementara. Ia datang, ia pergi, dan ia berubah. Cuaca berubah, maka pikiran juga berubah. Ketika lapar, pikiran melemah. Dan sebaliknya, ketika perut kenyang, pikiran bekerja lebih maksimal.

Ini menegaskan ciri selanjutnya, bahwa pikiran itu rapuh. Apa yang kita pikirkan sama sekali belum tentu benar. Bahkan, keyakinan kita atas pikiran kita cenderung mengarahkan kita pada kesalahan dan penderitaan, baik penderitaan diri sendiri maupun orang lain. Pikiran kita begitu amat mudah berubah, dan ini jelas menandakan kerapuhan dari semua bentuk pikiran kita.

Ekspresi, Represi dan Observasi

Namun, sayangnya, banyak orang mengira, bahwa pikiran mereka adalah kenyataan. Mereka mengira, bahwa pikiran mereka adalah kebenaran. Emosi dan segala bentuk perasaan, yang merupakan buah dari pikiran, juga dianggap sebagai realita. Mereka mengalami kesulitan untuk menjaga jarak dari pikiran mereka sendiri.

Pada titik ini, biasanya orang melihat dua kemungkinan, yakni ekspresi dan represi. Ekspresi berarti mengeluarkan semua bentuk pikiran tersebut dalam bentuk tindakan ataupun kata-kata. Biasanya, orang lain menjadi obyek dari tindakan ini. Beberapa diantaranya merasa terhina, sehingga membalas, dan membentuk semacam lingkaran kekerasan yang lebih besar.

Represi berarti menekan dan menelan semua emosi dan pikiran yang muncul. Pada pikiran dan emosi yang ekstrem, ini menciptakan rasa sakit yang luar biasa. Dalam jangka panjang, ini bisa menciptakan penyakit fisik yang berbahaya, seperti misalnya kanker atau sakit jantung. Represi emosi dan pikiran jelas bukan merupakan jalan yang tepat.

Ekspresi menciptakan masalah sosial. Represi menciptakan masalah personal. Banyak orang terjebak di antara keduanya. Mereka tidak dapat keluar dari pikiran dan emosi yang mereka anggap nyata.

Namun, ada jalan keluar dari kebuntuan ini, yakni observasi. Observasi berarti tindak mengamati apa yang terjadi di dalam pikiran kita secara seksama. Kita mengamati muncul dan bergantinya pikiran

dari satu obyek ke obyek lainnya. Kita bisa melihat, bagaimana emosi, perasaan dan pikiran terbentuk, dan kemudian berlalu.

Dengan cara ini, kita menciptakan jarak dengan segala hal yang muncul di kepala kita. Kita tidak lagi percaya, bahwa itu semua adalah kebenaran. Hasilnya, semua emosi, pikiran dan perasaan tidak akan mempengaruhi kita. Kita mengalami kebebasan yang sesungguhnya.

Apa yang Sedang Mengamati?

Ketika kita mengamati semua bentuk emosi, perasaan dan pikiran yang muncul, kita lalu bertanya, apa ini yang sedang mengamati? Siapa ini yang sedang mengamati? Yang jelas, kita bukanlah pikiran kita. Kita juga bukanlah emosi dan perasaan kita, karena semua itu datang dan pergi, serta amat rapuh.

Jika kita bukan pikiran, perasaan maupun emosi kita, lalu apa atau siapakah kita? Siapa ini yang sedang mengamati? Kita bisa menjawab dengan jawaban-jawaban lama, seperti jiwa atau roh. Namun, jiwa dan roh adalah konsep-konsep yang merupakan hasil dari pikiran kita, maka ia juga tidak nyata, sementara dan amat rapuh.

Pertanyaan ini membuka ruang baru di dalam hidup kita. Jika dilakukan secara berkala, yakni bertanya ”Siapa ini yang sedang mengamati?”, kita akan menyadari kehadiran sang pengamat ini. Ia mengamati setiap detik pikiran, emosi dan perasaan yang muncul dan pergi di dalam diri kita. Kesadaran ini membuat kita lebih kuat menghadapi segala hal yang mungkin terjadi di dalam hidup. Dalam jangka panjang, tidak ada emosi, pikiran ataupun perasaan yang bisa mempengaruhi diri kita lagi.

Bukankah ini yang disebut kedamaian sejati?

Sekali Lagi, Tentang Pikiran Manusia

Sewaktu pertama kali datang ke kota Munich di Jerman 3 tahun yang lalu, saya tidak suka kota ini. Orang-orangnya tidak ramah. Mereka bergerak amat cepat, dan tidak peduli dengan orang lain. Suasananya menciptakan kesepian dan rasa tegang.

Namun, setelah tinggal disini beberapa lama, pendapat saya berubah. Orang-orang Munich tetap cuek dan berjalan amat cepat, tetapi itulah budaya dan kebiasaan mereka. Ini tidak baik, dan juga tidak buruk. Dalam banyak aspek, Munich adalah kota yang nyaman sebagai tempat tinggal, dan membangun keluarga.

Jadi, awalnya, saya berpikir A. Dan kemudian, saya berpikir B. Berikutnya, mungkin, saya akan berpikir C. Yang mana yang benar? Bagaimana memahami pikiran yang berubah-ubah ini?

Pikiran Manusia

Kota Munich tetap ada disini dan saat ini. Namun, kesan saya berubah. Pengalaman saya berubah. Kesan dan pengalaman saya pun mempengaruhi sikap hidup saya disini.

Darimana datangnya kesan dan pengalaman? Jawabannya jelas, yakni dari pikiran. Dari mana asal pikiran manusia? Ini pertanyaan menarik yang mendorong para ilmuwan dari berbagai bidang untuk melakukan penelitian.

Kesan biasanya muncul dari pengamatan. Kita melihat dan mengamati sesuatu, lalu timbul kesan tertentu tentang sesuatu itu. Bisa dibilang, dari pengamatan lalu muncul pikiran, dan kemudian kesan. Namun, pengamatan pun selalu membutuhkan pikiran.

Jika disederhanakan, urutannya begini. Pengamatan dengan indera dan pikiran, lalu melahirkan kesan. Kesan lalu melahirkan pendapat,

dan pendapat lalu mendorong tindakan. Tindakan lalu membentuk realitas, dan akhirnya, realitas itu diamati lagi dengan indera dan pikiran. Begitu seterusnya.

Dari sini bisa disimpulkan, bahwa realitas adalah hasil dari bentukan pikiran kita. Karena pikiran kita berubah seturut dengan pengamatan dan kesan, maka realitas hidup kita pun berubah. Hari ini, kita bahagia. Besok, mungkin ada masalah yang datang.

Pikiran kita begitu mudah berubah, karena berbagai hal, mulai dari kondisi biologis sampai sosial politik. Oleh karena itu, kita bisa membuat kesimpulan, bahwa pikiran kita bukanlah kebenaran itu sendiri. Ia bisa salah, dan bahkan seringkali salah. Realitas hasil ciptaan pikiran kita pun bukanlah realitas sesungguhnya.

Menyingkapi Pikiran

Jika pikiran kita kerap kali salah, lalu bagaimana kita harus hidup? Pertanyaan ini, pada hemat saya, harus dipukul lebih jauh dengan pertanyaan berikut, apakah diri kita hanya pikiran kita semata? Apakah pikiran di kepala kita identik dengan keseluruhan diri kita? Jika dipikiran secara mendalam, jawabannya jelas: bukan.

Jadi, biarkan pikiran datang dan pergi. Jangan percaya dengan pikiranmu. Anda dan saya tidaklah sama dengan pikiran yang datang dan pergi di kepala kita. Gunakan pikiranmu seperlunya, namun jangan pandang dia mentah-mentah sebagai kebenaran mutlak tentang segalanya.

Inilah yang disebut kebebasan sesungguhnya. Orang yang bebas dari pikirannya sendiri berarti ia tidak diperbudak oleh suara-suara yang ada di kepalanya. Ia bisa berpikir dengan jernih untuk menyingkapi berbagai hal dalam hidupnya. Ia bisa menjadi orang yang bijaksana di dalam beragam keadaan.

Ketika sedih datang, kita sedih. Ketika gembira datang, kita gembira. Kita biarkan semuanya datang dan pergi, tanpa keinginan

untuk memegang erat-erat pikiran yang datang. Ingat, kita bukanlah pikiran kita.

Tidak Tahu

Jika pikiran kita kerap kali salah, maka apa yang harus kita percaya di dalam hidup kita, terutama untuk membuat beragam keputusan? Pertama, kita harus sadar, bahwa pengetahuan kita tentang dunia tidak pernah sepenuhnya benar. Dengan kata lain, kita sesungguhnya tidak tahu, apa yang ada di dalam realitas.

Ketika kita sepenuhnya sadar, bahwa kita tidak tahu, maka semuanya akan menjadi jelas. Inilah yang disebut sebagai ”pikiran tidak tahu”, yakni pikiran yang terbuka untuk beragam kemungkinan. Pikiran semacam ini jauh dari keyakinan akan kebenaran mutlak. Ketika kita hidup dengan ”pikiran tidak tahu ini”, maka intuisi kita akan terlatih.

Intuisi adalah pengalaman langsung dengan kehidupan, tanpa bahasa dan tanpa konsep. Dengan kata lain, intuisi adalah pengalaman langsung dengan kehidupan, tanpa menggunakan pikiran. Ketika intuisi kita terlatih, kita akan tahu apa yang harus dilakukan di dalam berbagai situasi dalam hidup kita. Kebenaran sejatinya sudah jelas di depan mata kita. Hanya pikiran kita yang menghalangi kita untuk sungguh mengalami kebenaran itu.

Jadi, jangan percaya pada pikiranmu….

Otak, Neuroplastisitas dan Hidup Kita

Kita hidup di dunia yang tak selalu sesuai dengan keinginan kita. Ketika keinginan dan harapan kita rontok di depan mata, kita mengalami krisis hidup. Ketika krisis berulang kali terjadi, kita pun lalu merasa putus asa. Kita mengira, bahwa hidup ini tidak bermakna, dan tidak layak untuk dijalani.

Padahal, jika dipikirkan lebih dalam, hidup adalah kemungkinan tanpa batas. Orang bisa melakukan apapun, selama ia memiliki komitmen untuk bekerja dan berpikir, guna mewujudkan harapan serta keinginannya. Salah satu kemampuan penting untuk mencapai cara berpikir ini sudah selalu terletak di otak kita sendiri. Rasa putus asa dan patah arang sebenarnya tidak perlu terjadi.

Penelitian-penelitian terbaru dengan otak dan kesadaran yang dikembangkan di dalam filsafat dan neurosains (Begley, Davidson, Schwartz, Hüther) menunjukkan satu hal, bahwa perubahan di dalam diri manusia itu adalah sesuatu yang mungkin. Ini bukan hanya sekedar perubahan cara berpikir, tetapi juga termasuk perubahan struktur biologis otak manusia itu sendiri. Di dalam berbagai wacana ilmiah, hal ini dikenal sebagai neuroplastisitas (*Neuroplastizität*), yakni kemampuan otak untuk terus berubah, sepanjang hidup manusia. Otak bukanlah mesin biologis tak bernyawa, melainkan sebuah sistem biologis yang bisa terus berubah dan berkembang.

Neuroplastisitas

Neuroplastisitas adalah kemampuan otak manusia untuk mengubah beragam jaringan saraf dan sel yang ada di dalamnya. Ini bisa terjadi sepanjang hidup manusia. Dulu, para ilmuwan dan filsuf mengira, bahwa otak hanya bisa berubah, ketika orang masih berusia muda.

Orang dewasa sudah memiliki pola jaringan otak yang tetap dan tak akan bisa diubah, apalagi jika ia sudah berusia senja.

Setelah melalui beragam penelitian yang panjang dan berulang, pandangan ini pun dipatahkan. Dengan melakukan beberapa tindakan tertentu, atau mengubah pola hidup secara keseluruhan, struktur otak seseorang bisa berubah. Bahkan, orang-orang yang telah mengalami luka di otaknya, misalnya telah mengalami stroke atau memiliki semacam penyakit di otaknya, juga bisa mengubah struktur otaknya. Ia tidak hanya bisa menjadi sembuh, tetapi juga bisa meningkatkan kinerja otaknya.

Dengan latihan yang sistematis, otak bisa menjadi sehat kembali, walaupun ia telah mengalami luka sebelumnya. Struktur otak kita, dan fungsi serta kinerjanya, amat tergantung dari bagaimana kita menggunakan otak kita di dalam berpikir. Jika kita bermalas-malasan sepanjang hari, maka jaringan sel saraf di otak juga akan membentuk pola hubungan tertentu. Sebaliknya, jika kita rajin belajar sesuatu yang baru, jaringan saraf di otak kita akan menebal, dan kinerja serta kesehatannya pun juga akan membaik.

Mengapa Ini Penting?

Hasil penelitian ini amat penting untuk hidup manusia, karena memberi kita harapan nyata, bahwa hidup kita bisa berubah. Krisis tidak selamanya bertahan. Luka dan sakit bisa disembuhkan, asal kita mau bekerja keras. Nasihat-nasihat semacam ini sekarang bukan sekedar himbauan belaka, tetapi didukung oleh ratusan hasil penelitian yang dilakukan oleh berbagai ilmuwan bermutu di seluruh dunia.

Pola pikir kita menentukan struktur otak kita, sekaligus kesehatannya. Jika kita rutin berpikir tentang hal-hal yang menyakitkan kita, maka otak kita akan terbentuk dengan mengikuti pola negatif semacam ini. Otak kita akan membentuk jaringan saraf dengan pola ini, dan ini akan juga mempengaruhi kepribadian secara mutu hidup

kita secara keseluruhan. Kebiasaan kita akan membentuk otak kita, dan keduanya akan mempengaruhi mutu hidup kita.

Ketika orang mengalami depresi, ia hidup dengan satu pola pikir, bahwa hidupnya dipenuhi penderitaan, dan semuanya terasa tidak bermakna. Dengan pola pikir semacam ini, ia tidak dapat bekerja, berkonsentrasi dan juga tidak dapat mempertahankan hubungan sosial dengan teman maupun keluarganya. Jika cara berpikir semacam ini dipertahankan, maka struktur otak dan kesadarannya pun akan mengambil pola ini.

Di dalam wacana ilmiah, ini disebut sebagai pikiran sirkuler (*zirkuläres Denken*), atau pikiran berulang. Artinya, pikiran kita mengulang pola yang sama terus menerus, sehingga ia membentuk struktur otak dan kepribadian kita secara umum. Namun, ini bukanlah keadaan yang tetap. Ia dapat diubah, asal orang mau belajar untuk membentuk pola berpikir baru yang nantinya akan mempengaruhi struktur otak serta kepribadiannya.

Mengubah pola pikir tentu bukan proses yang mudah. Dibutuhkan usaha serta movitasi yang kuat. Dukungan dari lingkungan sekitar pun juga amat penting. Namun, proses ini tentu amat layak diperjuangkan, karena ini dapat meningkatkan mutu hidup kita, dan juga bisa membantu orang lain yang terjebak pada pola pikir yang mengundang penderitaan. Ada dua metode yang kiranya bisa diterapkan.

Beberapa Metode

Metode pertama untuk mengubah pola pikir kita adalah dengan hidup dalam kesadaran (*Achtsamkeit*). Ini berarti, kita hidup saat demi saat dengan kepenuhan serta kesadaran. Ketika kita makan, kita sepenuhnya makan. Ketika kita berjalan, kita sepenuhnya berjalan. Dimana tubuh kita berada, disitu pikiran kita berada.

Metode kedua adalah apa yang di dalam filsafat Timur disebut sebagai meditasi. Meditasi berarti melihat kenyataan apa adanya, tanpa

ditambahi dengan analisis, konsep dan penilaian dari kita. Meditasi juga berarti mencerap kenyataan disini dan saat ini apa adanya. Ketika kita hidup dalam pola meditatif ini, otak kita akan tenang, jernih dan sehat, sehingga bisa digunakan untuk apapun.

Inti dari kedua metode ini sebenarnya sama, yakni kembali ke saat ini (*das ewige Jetzt*). Sekarang adalah satu-satunya waktu yang kita punya. Disini adalah satu-satunya tempat yang bisa kita tempati. Dengan hidup sepenuhnya disini dan saat ini, orang bisa membentuk pola berpikir baru yang menciptakan kesehatan dan kejernihan bagi struktur otaknya, sekaligus meningkatkan mutu hidupnya secara keseluruhan.

Ketinggalan

Ini sebenarnya bukan ide baru. Filsafat Timur yang berkembang di India, Cina, Jepang, Korea, Srilangka, Thailand dan kemudian menyebar ke Indonesia sudah mengetahui dan menerapkan hal ini selama berabad-abad. Fokus utama filsafat Timur adalah memahami hakekat pikiran manusia, yang juga berarti cara kerja otaknya, dan mendorongnya untuk mencapai hidup yang penuh dan bahagia. Dari tradisi semacam ini, Yoga dan Zen berkembang, serta menyebar ke seluruh dunia sekarang ini.

Tentang kaitan antara otak, kesadaran, pikiran dan kebahagiaan manusia, filsafat Timur juga jauh melampaui ilmu pengetahuan dan filsafat Barat. Hal yang sama juga terjadi di bidang kesehatan mental. Para Yogi, Ajahn dan Zen Master di berbagai negara Asia telah berhasil menemukan cara untuk membangun hidup yang bermutu dan sehat, sehingga lalu tidak hanya bisa menolong orang lain, tetapi juga semua mahluk yang ada di alam semesta. Penelitian terbaru terkait dengan otak dan neuroplastisitas hanya menegaskan ulang apa yang telah diketahui dan diterapkan oleh para master di dalam filsafat Timur selama ribuan tahun.

Lepas dari pada itu, kita bisa yakin akan satu hal, bahwa keadaan hidup kita sekarang ini bukanlah titik final. Semua bisa diubah, asal kita memiliki motivasi dan berusaha. Ada beragam metode yang bisa membantu. Namun, semuanya kembali ke satu dorongan dasar semua mahluk hidup: mencapai kebahagiaan. Selamat mencoba!

Mendidik Dendam

Semua konflik di dunia ini terjadi, karena orang mengira, bahwa kekerasan harus dibalas dengan kekerasan. Mereka mengira, bahwa ini adalah jalan keluar satu-satunya. Jika kekerasan tak dibalas dengan kekerasan, ada perasaan tidak puas di dalam diri. Bahkan, pola semacam ini sudah menjadi begitu otomatis, sehingga orang tidak lagi menyadarinya.

Bom harus dibalas dengan bom. Pukulan harus dibalas dengan pukulan. Mata ganti mata. Gigi ganti gigi. Nyawa ganti nyawa.

Padahal, jika melihat sejarah, kita akan menemukan, bahwa kekerasan tidak pernah menjadi jalan keluar. Kekerasan hanya melahirkan kekerasan. Tidak lebih dan tidak kurang. Buahnya adalah penderitaan dan kemarahan yang semakin dalam.

Dendam

Di balik pola ini, ada satu hal yang sama, yakni dendam. Dendam adalah perasaan tidak terima, karena orang merasa diperlakukan tidak adil. Dendam menjadi dasar untuk melakukan tindakan balasan, yakni kekerasan. Disini berlaku hukum yang sama, kekerasan akan terus melahirkan kekerasan dan penderitaan, sampai kekerasan itu diputus.

Jelas, bahwa kita harus mencari jalan lain. Kita perlu menyadari, bahwa dendam tidak pernah menghasilkan apapun yang baik. Pepatah Buddhis berikut kiranya benar, bahwa orang yang menyimpan dendam itu seperti orang yang membawa bara api di tangannya, dan mau melemparkan itu ke orang lain. Orang yang menyimpan dendam itu terluka terlebih dahulu, bahkan sebelum ia menyakiti orang lain.

Oleh karena itu, kita harus mendidik rasa dendam yang ada di dalam diri kita. Kita perlu memahami bara api yang kita pegang di

tangan kita sendiri ini. Tujuannya, supaya kita bisa memutus rantai kekerasan dan penderitaan yang terjadi. Hanya dengan begitu, perdamaian menjadi mungkin.

Bagaimana cara mendidik dendam? Kita harus memahami akar dendam itu sendiri. Dengan pemahaman ini, kita akan sadar, apa arti dendam itu sesungguhnya. Pemahaman ini juga membantu kita memutus rantai kekerasan yang adalah buah dari rasa dendam.

Akar Dendam

Dendam memiliki dua kaki, yakni amarah dan rasa takut. Amarah muncul, karena keinginan kita tidak sejalan dengan kenyataan yang terjadi. Rasa takut muncul, karena ketidakpastian dari kehidupan itu sendiri. Ketika dua hal ini bertemu, dendam lalu muncul sebagai reaksi atas hal-hal yang tak diinginkan.

Padahal, jika diamati dengan jeli, amarah dan takut itu sejatinya kosong. Keduanya tidak memiliki inti pada dirinya sendiri. Keduanya lahir dari kesalahan berpikir. Jika kesalahan berpikir itu diperbaiki, maka keduanya akan lenyap secara alami.

Kesalahan berpikir macam apa yang terjadi disini? Yang pertama adalah, bahwa kenyataan harus selalu sesuai dengan keinginan kita. Ini jelas tidak akan pernah mungkin terjadi. Di dalam filsafat Jerman, ini disebut tegangan antara apa yang ada (*das Sein*) dan apa yang seharusnya terjadi (*das Sollen*) yang menghasilkan ”rasa sakit dunia” (*Weltschmerz*). Tegangan ini menghasilkan banyak emosi jelek di dalam diri manusia; salah satunya adalah amarah.

Ketika kita melepaskan keinginan kita, kita lalu bisa menerima kenyataan apa adanya. Kita tidak lagi memaksakan, supaya dunia berjalan sesuai dengan keinginan kita. Kita melepaskan mimpi dan harapan-harapan kosong kita akan kehidupan. Di titik ini, kita menemukan kedamaian yang sesungguhnya.

Yang kedua adalah soal ketidakpastian hidup yang membuat kita merasa takut. Jika dipikirkan lebih dalam, hidup itu sendiri adalah ketidakpastian. Setiap saat, segala hal bisa terjadi pada kita.

Di detik berikutnya, kita bisa mati tersengat listrik, atau mendapat hadiah undian jutaan rupiah. Siapa yang tahu? Ketika kita bisa menerima ketidakpastian ini sebagai bagian dari hidup kita, maka rasa takut pun akan hilang dengan sendirinya.

Kekosongan dari Dendam

Dendam lahir dari amarah dan takut. Namun, amarah dan takut itu sejatinya kosong. Maka, dendam juga sejatinya kosong. Ia tidak memiliki inti pada dirinya sendiri.

Di dalam tradisi Timur, kenyataan dipahami sebagai kekosongan. Nagarjuna, filsuf India, bahkan menegaskan, bahwa kekosongan (*Sunyata*) adalah dasar dari segala-galanya. Dari kekosongan, segala sesuatu datang dan pergi. Kekosongan adalah kemungkinan yang tak terhingga.

Di dalam filsafat Zen, segala hal itu terjadi, karena adalah hal-hal yang memungkinkannya (*dependent origination*). Air menjadi panas, karena ada api yang membakarnya. Api menjadi ada, karena ada gesekan yang kuat antara dua benda keras. Dua benda keras bisa bergesekan, karena ada energi yang menggerakannya, dan begitu seterusnya.

Tidak ada sesuatu yang berdiri sendiri. Segalanya adalah bagian dari segalanya. Keterkaitan antara segala sesuatu ini adalah kehidupan itu sendiri. Tidak ada satu hal pun yang memiliki inti universal dan mampu berdiri sendiri, lepas dari jaringan kehidupan.

Di dalam buku *Wissenschaft der Logik*, Hegel, filsuf Jerman, menyebut ini sebagai hukum keniscayaan. Keniscayaan menjadi mungkin, karena potensi berjumpa dengan kondisi. Orang pasti menjadi presiden, ketika bakatnya sebagai pemimpin digabungkan dengan dukungan

dari banyak orang. Ketika potensi atau kondisi tidak ada, maka tidak ada pula keniscayaan.

Dendam pun memiliki pola serupa. Ia bukanlah sesuatu yang mutlak. Ia lahir dari hal-hal yang memungkinkannya. Ketika hal-hal tersebut berubah, dan itu pasti berubah, maka dendam pun juga lenyap dengan sendirinya.

Ego

Ketika dendam, amarah dan takut muncul di dada, kita juga perlu bertanya, siapa ini yang merasakan emosi-emosi tersebut? Siapa yang mengalami gejolak perasaan-perasaan tersebut? Jawabannya dengan mudah diberikan: saya.

Namun, siapa, atau apa, itu ″saya″? Apakah ada yang disebut ″saya″? Jika diteliti lebih jauh, kita akan juga sampai pada kesimpulan, bahwa ″saya″ adalah kosong. Ia datang dan pergi, tergantung pada kondisi-kondisi yang memungkinkannya.

Ketika anda sedang asyik menonton film, ″saya″ seolah lenyap. Anda menyatu dengan film yang anda tonton. Sama halnya, ketika anda mendengar musik yang indah. ″Saya″ seolah mundur ke belakang, dan tak lagi tampak.

Namun, ketika anda merasa marah, ″saya″ muncul lagi ke depan. Biasanya, anda marah, karena kehendak anda tidak terpenuhi. Ambisi anda tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi. Di titik ini, si ″saya″ menjadi begitu kokoh dan agresif.

Jadi, ″saya″ sebenarnya juga kosong. Ia tak memiliki inti. Ia tergantung dari keadaan yang menghasilkannya. Ia juga adalah hasil dari perkawinan antara potensi dan kondisi, sebagaimana dikatakan oleh Hegel.

Thomas Metzinger, ilmuwan neurosains Jerman, juga menegaskan ini melalui penelitian-penelitiannya. Di dalam buku *Der Ego-Tunnel*, ia

melihat, bahwa ”saya”, atau diri, adalah gambaran semata. Gambaran ini datang dan pergi, serta terus berubah. Sejatinya, ia tidak ada.

Jika ”saya” adalah kosong, maka semua perasaan dan pikiran yang dihasilkannya juga kosong. Semuanya tak memiliki inti. Dendam, amarah dan takut juga tak memiliki akar yang kuat pada kenyataan. Semuanya bagaikan awan yang terus bergerak di langit biru yang luas membentang di belakangnya.

Orang terjebak pada dendam, amarah dan takut, ketika ia tidak menyadari ini. Orang tenggelam pada penderitaan, karena kesalahan berpikirnya. Kesalahan berpikir ini adalah mengira sesuatu yang tak ada sebagai ada. Ketika kesalahan ini dilepas, amarah, dendam dan takut juga lenyap secara alami.

Kebijaksanaan

Kesadaran akan kekosongan dari segala sesuatu adalah sumber utama dari kebijaksanaan yang sejati, begitu kata Nagarjuna. Dari kesadaran ini, kita bisa memiliki kebebasan yang sesungguhnya. Kita bisa melepas semua emosi jelek kita, dan mencapai kedamaian batin yang sejati. Kita lalu bisa hidup dengan kejernihan, dan membantu orang lain di sekitar kita.

Namun, pengetahuan belaka juga tidak banyak membantu. Kita membutuhkan pengalaman langsung akan kekosongan itu sendiri. Disini letak pentingnya meditasi, yakni tindak mengamati segala sesuatu yang terjadi di dalam maupun di luar diri kita, tanpa memberi penilaian ataupun analisis apapun. Jika kita bisa mengamati dengan pola semacam ini setiap saat, kita akan menemukan kejernihan batin dan pikiran.

Kejernihan ini juga harus dikelola setiap saat. Kita harus memberikan arah pada pikiran kita, supaya ia tidak bergerak tak teratur. Arah ini dapat diberikan dengan menarik pikiran kita pada keadaan saat ini dan disini, yakni pada apa yang kita sedang lakukan.

Cara lain adalah dengan mengajukan pertanyaan mendasar: apa ini yang sedang melakukan tindakan ini?

Di dalam tradisi Seon Buddhisme Korea, pertanyaan ini disebut juga sebagai *Hwadu*, yakni kata yang hidup. *Hwadu* tidak untuk dijawab dengan teori, tetapi untuk dialami secara terus-menerus. Secara ilmiah bisa dijelaskan, bahwa *Hwadu* berfungsi memberikan arah pada pikiran kita, sehingga ia tetap fokus dan jernih dari saat ke saat.

Jika pikiran kita jernih, kita bisa memahami keadaan sebagaimana adanya di depan mata kita. Kita tidak lagi dikaburkan oleh emosi-emosi tak teratur di dalam diri kita. Kita bisa bertindak dengan bijak, sesuai dengan keadaan yang ada. Inilah kebijaksanaan hidup yang tertinggi.

Perdamaian

Mendidik dendam berarti menyadari dan mengalami langsung, bahwa dendam itu kosong. Sejatinya, ia tidak ada. Kesalahan berpikirlah yang melahirkannya. Ketika kesalahan berpikir ini diperbaiki, dendam juga otomatis hilang.

Ketika dendam lenyap, maka rantai kekerasan akan terputus. Perdamaian yang sesungguhnya pun menjadi mungkin. Berbagai perbedaan yang ada diselesaikan dengan jalan dialog yang sehat. Dendam, amarah dan takut tetap ada, karena itu adalah bagian dari perubahan kenyataan dan diri manusia.

Namun, mereka tidak lagi menganggu. Mereka datang dan pergi, seperti kabut di pagi hari. Mereka tidak lagi menjadi penjajah yang memaksa kita untuk menuruti keinginan mereka. Bahkan, pada tingkat tertentu, mereka adalah kawan kita untuk berjalan bersama menuju kebijaksanaan. Mari kita mendidik dendam yang mungkin bercokol di dalam diri kita.

Berpikir itu Bermimpi

Malam kemarin terasa panjang. Mimpi terasa begitu nyata. Ia hadir terus, bahkan ketika tidur telah berakhir. Jejaknya menempel sebagai ingatan yang mencabut diri dari saat ini.

Banyak orang sulit membedakan mimpi sebagai kenyataan. Mereka mengira, mimpi adalah pertanda. Bahkan tak sedikit yang mengira, mimpi adalah realita. Sigmund Freud, bapak psikoanalisis asal Jerman, juga melakukan penelitian tentang tafsir mimpi (*Traumdeutung*).

Sejenak, kita bisa sadar. Oh, itu hanya mimpi. Kesadaran ini memutus mimpi, dan membangunkan kita ke kenyataan. Jejaknya pun berlalu, dan sekedar meninggalkan sejumput ingatan.

Berpikir dan Bermimpi

Jika diperhatikan, pengalaman bermimpi ini sama seperti pengalaman berpikir. Kita membangun gambaran, konsep dan cerita di kepala kita, lalu mengiranya sebagai nyata. Namun, setelah diteliti lebih dalam, gambaran itu ternyata salah. Mirip seperti mimpi, ia pun segera berlalu, dan hanya menyisakan setitik ingatan.

Ketika berpikir, kita membangun konsep. Proses ini seringkali terjadi begitu cepat, tanpa disadari. Kita mulai menilai dan memisahkan. Peristiwa, yang sejatinya adalah peristiwa netral, kini mendapat label baik atau buruk, benar atau salah, nyaman atau tidak nyaman dan sebagainya.

Konsep ini lalu berubah, ketika mendapatkan pengalaman atau pengetahuan baru. Kadang, ia lenyap sama sekali. Dalam konteks lain, ia membesar, karena terus terbuktikan oleh pengalaman. Dalam kesempatan lain, konsep yang baru pun lahir.

Kenyataan dan Penderitaan

Konsep ini begitu nyata dan kuat. Sama seperti mimpi yang terasa begitu nyata, kita lalu mengira konsep sebagai kenyataan. Kita menganggapnya sebagai kebenaran. Ketika kita mengira konsep adalah kenyataan, dititik itu pula, kita memasuki pintu penderitaan.

Sejatinya, sama seperti mimpi, konsep bukanlah kenyataan. Ia adalah sebentuk abstraksi yang dihasilkan oleh pikiran manusia. Ketika sebuah peristiwa kita bungkus dalam konsep, ketika itu pula, ia bukan lagi kenyataan. Konsep memisahkan kita dari kenyataan, dan mengurung kita ke dalam kesalahpahaman.

Mengira konsep sebagai kenyataan adalah salah satu kesalahan terbesar di dalam hidup kita. Ini sama seperti mengira, bahwa mimpi adalah realita. Kita menderita, ketika kita tercabut dari kenyataan, dan terkurung di dalam konsep. Ini sama seperti penderitaan yang kita alami, ketika kita hidup dalam mimpi.

Pengaruhnya juga terasa di dalam hubungan dengan orang lain. Orang yang mengira konsep di dalam kepalanya benar biasanya akan cenderung berselisih pendapat dengan orang lain, yang juga mengira pikirannya adalah kenyataan. Selisih pendapat seringkali tidak berakhir dengan perpisahan, tetapi dengan konflik lebih jauh.

Sebelum Pikiran

Maka, pikiran haruslah dilihat sebagai pikiran. Ia bukanlah kenyataan. Mimpi haruslah dilihat sebagai sekedar mimpi. Ia juga bukanlah kenyataan.

Sambil menyadari ini, kita lalu bertanya, siapa atau apa ini yang sedang berpikir? Siapa atau apa ini yang sedang bermimpi? Jika kita menjawab pertanyaan ini dengan konsep, kita jatuh lagi ke dalam pikiran. Kita harus melepaskan pikiran, konsep dan mimpi, supaya bisa menjawab pertanyaan ini dengan tepat.

Penderitaan dan kebingungan bisa dilampaui, ketika kita berakar kuat di kenyataan. Keduanya otomatis sirna, ketika mimpi dilihat sebagai semata mimpi, dan pikiran dilihat sebagai semata pikiran. Konsep datang dan pergi. Mimpi datang dan pergi. Lalu apa yang menetap? Siapa ini yang sedang membaca?

KATZ!! Matahari bersinar. Angin bertiup. Burung bernyanyi. Gula itu manis.

Racun di Dalam Pikiran

Racun korupsi masih menjalari tubuh politik kita di Indonesia. Penyebabnya bersifat sistemik dalam bentuk kegagalan penegakan hukum, sekaligus bersifat personal dalam bentuk lemahnya integritas kepribadian para penjabat publik kita. Dalam hal ini, pemberantasan korupsi masih menjadi pekerjaan rumah yang besar dan berat bagi kita sebagai bangsa. Dukungan dari seluruh rakyat amatlah dibutuhkan.

Menjalarnya korupsi di berbagai bidang juga dapat dilihat sebagai kegagalan demokrasi. Ini tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi di berbagai benua. Demokrasi sebagai bentuk pemerintahan dari rakyat, oleh rakyat dan untuk rakyat yang mendorong menuju keadilan sosial dan kemakmuran bersama semakin menjadi mimpi yang jauh dari jangkauan. Yang banyak tercipta adalah oligarki, yakni pemerintahan oleh sekelompok orang kaya yang hendak menghancurkan kepentingan umum, demi keuntungan pribadi mereka.

Keadaan ini menciptakan ketidakadilan sosial di tingkat global yang lalu menciptakan kemiskinan dan penderitaan yang begitu besar bagi banyak orang. Dari kemiskinan dan penderitaan lahirlah terorisme. Terorisme bermuara pada perang antar kelompok dan bahkan antar negara. Ini semua seperti lingkaran kekerasan yang justru membawa kemiskinan dan penderitaan yang lebih besar lagi.

Di bagian dunia lain, orang hidup dalam kelimpahan yang luar biasa. Ratusan tahun penaklukan dan perampokan atas negara lain memberikan kemakmuran yang luar biasa bagi mereka. Mereka adalah negara-negara di Eropa Barat dan Amerika Serikat. Ketika bagian dunia lain berjuang melawan kemiskinan dan korupsi, negara-negara ini berpesta pora dan menghabiskan sumber daya alam untuk menopang gaya hidup mewah mereka.

Sikap hidup semacam ini melahirkan arogansi yang dibarengi dengan kebodohan. Mereka melihat negara-negara di bagian dunia lain sebagai musuh bagi kemakmuran mereka. Padahal, jika ditelisik lebih dalam, arogansi dan kebodohan gaya hidup mewah merekalah yang menciptakan masalah besar bagi seluruh dunia, mulai dari penjajahan, perbudakan, perang, nuklir, sampai dengan penghancuran alam. Semua itu seolah dibenarkan, selama mereka bisa mempertahankan gaya hidup mewah yang boros dan merusak.

Mereka membunuh hewan, supaya bisa memajang kepala hewan itu di ruang tamu mereka. Mereka menghancurkan hutan, supaya mereka bisa membangun lapangan golf ataupun vila mewah untuk orang-orang kaya. Mereka menolak untuk belajar dari bangsa lain, walaupun sejatinya, mereka bodoh dan terbelakang dalam hal gaya hidup dan kedalaman pikiran. Arogansi dan kebodohan adalah kombinasi yang mematikan.

Di Timur Tengah, kelompok teroris berbasis Islam ekstrimis juga semakin biadab. Mereka tak segan menculik orang sipil, dan memenggalnya secara biadab. Mereka menggunakan ajaran Islam sebagai pembenaran untuk kekerasan. Penderitaan yang diakibatkan oleh kelompok ini bagi negara-negara di Timur Tengah nyaris tak dapat diungkapkan dengan kata-kata.

Racun di Sekitar Kita

Semua kekacauan ini berakar pada kegagalan manusia menata dirinya sendiri. Mereka gagal menata pikirannya dan kemudian juga gagal menata kehidupan bersama yang berpijak pada keadilan dan kemakmuran. Lebih dari itu, kegagalan tata kelola kehidupan ini juga membawa kerusakan pada hewan dan tumbuhan lainnya. Seluruh alam terancam rusak, karena manusia gagal menata hidupnya.

Mengapa manusia gagal menata hidupnya? Mengapa ia gagal membangun hidup bersama yang adil dan makmur untuk semua?

Mengapa ia gagal membangun hubungan yang baik dengan hewan dan tumbuhan? Mengapa ia menghancurkan alam, yang berarti juga menghancurkan dirinya sendiri?

Saya melihat, pikiran manusia dilumurin oleh racun. Akibatnya, pikirannya tak lagi mampu melihat keadaan secara tepat. Pikirannya pun tidak bisa bersikap menanggapi keadaan dengan tepat. Racun ini berkembang dari kesalahan berpikir yang diajarkan kepada kita, lalu berkembang menjadi kebiasaan sekaligus bagian dari kepribadian kita sendiri.

Racun pertama adalah kesalahan berpikir mendasar soal waktu. Kita percaya, bahwa masa lalu itu ada. Akhirnya, banyak orang terjebak pada masa lalunya. Ia hidup di dalam penderitaan, akibat kenangan atas masa lalu yang gelap, yang sebenarnya sudah tidak ada.

Banyak orang juga yakin, bahwa masa depan itu ada. Akhirnya, mereka sibuk bekerja, guna menata masa depan. Orang yang pikirannya terus berayun di antara masa lalu dan masa depan akan terus hidup dalam penyesalan masa lalu, dan ketakutan akan masa depan. Pikirannya dipenuhi ketegangan dan penderitaan.

Orang yang pikirannya penuh dengan ketakutan dan penyesalan tidak akan pernah menemukan kedamaian. Ia hidup di dalam penderitaan, dan akhirnya membuat orang lain menderita. Ia akan mencari segala cara untuk menemukan kedamaian, jika perlu dengan menghancurkan orang lain dan alam, guna memuaskan kebutuhan pribadinya. Ketakutan akan masa depan juga membuat orang menumpuk harta secara buta, kalau perlu dengan korupsi, menipu dan merugikan orang lain.

Racun kedua adalah pikiran curiga dan prasangka. Pikiran curiga berarti pikiran yang selalu melihat dunia dari sisinya yang paling jelek. Pikiran curiga lalu menghasilkan prasangka. Orang pun tidak lagi dapat melihat dunia apa adanya, tetapi selalu dengan kaca mata curiga dan prasangka. Pendek kata, ia selalu melihat dunia dan orang lain sebagai musuh yang mengancam dirinya.

Curiga dan prasangka membuat kita membenci orang lain. Kita tak merasa ragu membuat orang lain menderita, selama kebutuhan kita terpenuhi. Curiga dan prasangka juga membuat kita menjadi tak peduli dengan penderitaan orang lain. Curiga dan prasangka adalah akar dari kebencian dan konflik yang melanda begitu banyak bagian dunia sekarang ini.

Racun ketiga adalah pikiran dualistik-dikotomik. Artinya, pikiran yang melihat dunia dengan kaca mata hitam putih. Ada pihak yang benar secara absolut, dan ada pihak yang salah secara absolut. Tidak ada jalan tengah. Keduanya harus saling menghancurkan satu sama lain.

Inilah salah satu akar dari banyak masalah di dunia sekarang ini. Cara berpikir dikotomik menjadi cara berpikir kawan lawan. Aku dan kelompokku benar. Sementara, orang lain dan kelompoknya adalah lebih rendah dan salah, maka harus dihancurkan. Perbedaan agama, suku, rasa dan cara berpikir digunakan untuk membenarkan pikiran dualistik-dikotomik ini.

Racun keempat adalah dorongan untuk menambah terus menerus. Kita tidak pernah merasa cukup dengan apa yang ada. Kita sudah punya satu mobil, tetapi kemudian merasa kurang, dan membeli mobil yang baru. Ekonomi juga harus tumbuh terus menerus, tidak boleh berhenti.

Akar dari dorongan ini adalah rasa tidak cukup di dalam hati. Kita bahkan bersedia untuk mengorbankan orang lain, demi memuaskan kebutuhan kita. Kita juga menghancurkan alam, guna memenuhi kebutuhan palsu kita akan kemewahan dan kerakusan. Pikiran yang selalu ingin menambah dan rakus ini membuat kita, dan segala hal di sekitar kita, menderita.

Melampaui Racun

Sejatinya, waktu itu tidak ada. Waktu adalah produk dari pikiran. Jika kita berpikir, maka waktu dan segala penyesalan akan masa lalu

dan ketakutan akan masa depan akan muncul. Berpikir, takut dan menyesal atas hal yang tidak ada adalah hal yang sia-sia.

Banyak orang menghabiskan hidupnya untuk mencari uang. Namun, apakah uang itu ada? Uang adalah simbol. Ia tidak bernilai pada dirinya sendiri. Ia hanya bernilai sebagai alat tukar.

Banyak orang juga membunuh demi uang. Mereka korupsi. Mereka menghancurkan alam untuk mendapat uang. Ini semua adalah tindakan yang amat sia-sia.

Akar dari pikiran curiga dan prasangka adalah rasa takut. Namun, sejatinya, rasa takut adalah ilusi. Tidak ada yang perlu ditakuti di dalam dunia ini. Kematian dan penderitaan menjadi menakutkan, karena manusia berpikir, bahwa itu semua adalah hal buruk yang harus dijauhi.

Yang sesungguhnya terjadi adalah peristiwa alami. Alam sedang bekerja dengan hukum-hukumnya. Baik atau buruk adalah penilaian manusia. Jika orang bisa menata pikirannya sejalan dengan gerak alami alam semesta, maka tidak ada yang perlu ditakuti di dalam hidup ini.

Pikiran dualisme juga sejatinya adalah ilusi. Tidak ada dualisme di dalam alam ini. Semuanya adalah sebagai jaringan yang saling terkait erat, tanpa bisa dipisahkan. Baik-buruk, benar-salah, untung-malang, semua dikotomi ini adalah hasil dari kesalahpahaman yang bercokol di dalam pikiran manusia.

Bahkan, jika dipikirkan lebih dalam, apa yang kita sebut sebagai dunia juga sebenarnya adalah bentukan dari persepsi pikiran yang kita yang berpijak pada kelima panca indera kita. Artinya, dunia adalah dunia sebagaimana dipersepsikan oleh panca indera kita. Hewan dan tumbuhan memiliki panca indera yang berbeda. Mereka pun memiliki pemahaman dunia yang berbeda.

Ketika panca indera kita terganggu, maka pemahaman kita akan dunia juga berubah. Ketika pikiran kita terganggu, misalnya karena minum bir terlalu banyak, maka persepsi kita pun berubah. Ketika kita

lapar, maka seluruh panca indera kita juga terganggu. Pemahaman kita tentang dunia juga berubah.

Maka, dunia sebagai kenyataan mutlak juga sebenarnya tidak ada. Dunia ada, sejauh kita memikirkannya dengan panca indera kita. Dunia ada selalu dalam kaitan dengan pikiran kita. Tidak ada Dunia, dengan huruf d besar yang bersifat mutlak dan berlaku untuk semua mahluk.

Jika dunia ini tak ada, lalu apa yang ada? Sejatinya, kenyataan adalah ruang besar yang luas. Ia kosong dan bisa menampung segalanya. Namun, apa yang ditampung di dalamnya, termasuk manusia dan segala hal yang ada di dalam alam semesta, bersifat sementara. Ia berubah, menghilang dan kemudian muncul lagi dalam bentuk yang lain.

Jika pikiran kita bisa sejalan dengan kenyataan sebagai ruang hampa yang besar ini, maka segala racun di dalam pikiran kita bisa dihilangkan. Persepsi akan waktu menghilang. Rasa takut menghilang. Rasa rakus yang menjadi akar dari segala korupsi juga menghilang.

Pandangan ini ditopang oleh penelitian terbaru di dalam fisika teoretik. Alam semesta adalah ruang hampa yang luas. Segala yang ada di dalamnya merupakan hasil dari pikiran. Artinya, isi dari ruang hampa besar bernama alam semesta ini amat tergantung dari mahluk yang mempersepsinya. Hewan, tumbuhan, manusia dan segala mahluk lainnya memiliki pemahaman yang berbeda-beda, tergantung pada struktur fisiknya.

Keberadaan segala hal yang ada di dunia, dengan kata lain, tergantung pada pengamatnya. Pandangan ini juga ditopang oleh Buddhisme. Di dalam Buddhisme, keberadaan kenyataan relatif pada orang yang memikirkannya. Segala hal lahir dari pikiran, begitu kata Zen Master Seung Sahn.

Kehidupan kita sekarang ini dipenuhi racun. Perang antar negara, korupsi sampai pada penderitaan pribadi diakibatkan oleh racun yang bercokol di pikiran kita. Namun, racun itu bisa dilampaui, jika kita mampu melepaskan memahami segala yang ada sesuai dengan hakekat

alamiahnya, dan bukan mengikuti semata pikiran kita yang rapuh dan seringkali salah. Kita harus sadar, bahwa pikiran yang bergerak di kepala kita lebih banyak menipu, daripada menyajikan kebenaran kepada kita.

Membangun Opini Cerdas

Dunia kita adalah persepsi kita. Dunia adalah dunia sebagaimana kita mempersepsinya. Itulah argumen yang diajukan oleh George Berkeley lebih dari dua ratus tahun silam. Sikap kita terhadap orang lain dan dunia sebagai keseluruhan amat tergantung dari persepsi yang bercokol di kepala kita.

Seringkali, persepsi yang ada di kepala kita tidak cocok dengan kenyataan yang sebenarnya. Persepsi yang salah inilah yang melahirkan konflik dan berbagai ketegangan di dalam hidup manusia, baik pada tingkat pribadi maupun sosial. Orang yang merasa, bahwa persepsinya adalah kebenaran mutlak dan sesuai 100 persen dengan kenyataan, adalah orang yang hidup dalam delusi. Teori-teori Marxis menyebutnya sebagai ideologi, yakni kesadaran palsu tentang dunia.

Orang yang hidup dalam ideologi berarti hidup dalam kepompong kebohongan. Semua pendapat dan pikirannya lahir dari ideologi sesat yang bercokol di kepalanya. Tak heran, semua analisis dan pendapatnya begitu dangkal, karena hanya mengikuti saja kesesatan berpikir sehari-hari yang ada di dalam masyarakat luas. Hidup orang ini dipenuhi prasangka dan kesesatan berpikir di dalam melihat orang lain dan masyarakat sebagai keseluruhan.

Anatomi Persepsi

Bagaimana persepsi manusia terbentuk? Darimana asal persepsi yang bercokol di kepala kita? Salah satu jawaban lugas atas pertanyaan ini di dalam masyarakat jaringan sosial sekarang ini adalah media massa. Kita melihat dunia kita dari kaca mata media yang kita baca sehari-hari. Tak berlebihan jika dikatakan, kita adalah apa yang kita baca.

Persepsi kita juga dibentuk oleh pengalaman pribadi kita sebagai manusia. Perjumpaan dengan orang lain mempengaruhi persepsi kita tentang orang itu. Namun, seperti ditegaskan oleh Karl Popper, pengalaman tidak pernah lepas dari pemahaman. Tidak ada pengalaman murni, karena semua bentuk pengalaman kita selalu dibungkus oleh pra-paham yang sudah ada sebelumnya di kepala kita.

Banyak orang tidak sadar dengan pra-paham yang bercokol di kepalanya. Akibatnya, mereka mengira begitu saja, bahwa persepsinya adalah kebenaran, atau bahwa persepsinya sesuai dengan kenyataan yang ada. Di dalam teori-teori Marxis, pra-paham sesat yang tak disadari ini disebut juga sebagai hegemoni. Orang yang hidup di dalam hegemoni terjebak di dalam kesesatan berpikir, walaupun ia sama sekali tak menyadarinya.

Hegemoni membuat pemahaman yang salah terlihat sebagai benar. Hegemoni membuat orang dijajah, walaupun ia sama sekali tak merasa terjajah. Hegemoni itu adalah teknik menipu tingkat global, namun tak pernah sungguh disadari sebagai sebentuk penipuan. Siapa pencipta dan pelaku hegemoni ini?

Hegemoni Media

Media massa sekarang ini adalah pencipta sekaligus pelestari hegemoni. Namun, media massa sama sekali bukan institusi yang netral. Selalu ada kepentingan untuk membangun dan melestarikan hegemoni di balik setiap pemberitaan yang ada. Tujuannya jelas, yakni melestarikan keadaan sosial politik yang ada, yang menguntungkan mereka, namun sejatinya justru merugikan banyak pihak lainnya.

Dalam arti ini, tak berlebihan jika dikatakan, media massa menjadi aktor sekaligus alat untuk melakukan cuci otak di tingkat global. Ia memberitakan suatu peristiwa selalu dari sudut pandang tertentu yang juga menutupi sudut pandang lainnya. Pemberitaan menjadi persepsi, lalu persepsi mempengaruhi berbagai bentuk kebijakan publik yang

menentukan hidup mati banyak orang. Bahkan, persepsi lalu mengental menjadi sejarah sekaligus ingatan kolektif yang menjadi dasar bagi identitas sosial suatu kelompok.

Rasisme dan beragam bentuk diskriminasi juga lahir dari persepsi yang dilumuri hegemoni dan ideologi. Kita membenci seseorang, hanya karena ia memiliki warna kulit berbeda. Seringkali, kita tidak mempunyai pengalaman pribadi langsung dengan orang itu. Namun, pemberitaan media telah mencuci otak kita, sehingga kita membangun persepsi yang salah hanya atas dasar pemberitaan itu.

Banyak juga program politik yang dilahirkan dari persepsi yang salah semacam ini. Ada segudang undang-undang di Indonesia yang lahir dari persepsi yang salah, mulai dari soal rekonsiliasi terkait kejahatan masa lalu, impor beras, sampai kebijakan bodoh terkait dengan keperawanan pelajar tingkat sekolah dasar. Pada tingkat global sekarang ini, persepsi yang salah juga tampak di berbagai hal. Satu bagian dunia berpesta pora dalam kemewahan, sementara banyak orang di bagian dunia lain meninggal, karena tidak memiliki sumber air bersih yang mencukupi.

Persepsi yang lahir dari ideologi dan hegemoni ini menciptakan kebencian. Kebencian tersebut akan melahirkan konflik dan beragam pengalaman buruk lainnya, yang akhirnya juga memperkuat persepsi yang salah tersebut. Persepsi akhirnya menjadi prasangka, mendorong kebencian, menciptakan konflik yang nantinya memperkuat prasangka yang sudah ada sebelumnya. Inilah lingkaran setan kekerasan yang lahir dari cuci otak yang dibuat oleh media.

Membangun Opini Cerdas

Bisakah kita melepaskan diri dari persepsi? Bisakah kita melepaskan diri dari cuci otak yang dibuat media? Sampai batas tertentu, jawabannya adalah positif: ya. Masalahnya bukanlah hidup tanpa

persepsi, melainkan membangun persepsi yang cerdas. Masalahnya bukanlah tidak punya opini, tetapi merumuskan opini yang cerdas.

Bagaimana merumuskan opini yang cerdas? Pertama, kita perlu melakukan kritik ideologi terus menerus terhadap berbagai pikiran yang muncul di kepala kita. Kita perlu yakin, bahwa pikiran kita tidak lahir dari kesadaran palsu, melainkan dari kesesuaian dengan keadaan yang ada. Kritik ideologi juga perlu dilancarkan terus menerus terhadap berita yang kita terima dari media massa sehari-harinya.

Sikap kritis dan curiga sampai batas tertentu bisa dibenarkan disini. Informasi adalah salah satu kebutuhan utama manusia sekarang ini. Namun, tidak semua informasi yang ditampilkan media lahir dari kenyataan. Seringkali, informasi tersebut lahir dari manipulasi, entah kebohongan atau pemberitaan satu pihak yang justru menciptakan prasangka dan kesalahan persepsi di telinga pendengar atau pembacanya.

Di sisi lain, kita juga perlu mencari berita dari sumber-sumber lain yang independen. Kantor media besar biasanya dimiliki oleh pengusaha bisnis tertentu yang ingin mempertahankan kepentingan mereka. Kita masih ingat perang opini antara Metro TV dan TV One, ketika pemilihan presiden 2014 yang lalu. Pola yang sama juga dapat dilihat di kantor-kantor media internasional. Dalam beberapa hal, blog-blog dari penulis independen bisa memberikan informasi yang lebih bermutu kepada kita.

Sebagai warga dari masyarakat demokratis, kita perlu mempunyai opini yang cerdas. Artinya, kita tidak boleh jatuh begitu saja pada persepsi dan opini yang disetir oleh media massa yang tak bertanggung jawab. Kita perlu melepaskan diri dari prasangka yang bercokol di otak kita, karena serbuan berita-berita tak bertanggungjawab. Kritik ideologi adalah kewajiban utama dari warga negara demokratis, seperti Indonesia.

Bagaimana membangun sikap kritis dan curiga yang sehat semacam ini? Jelas, pendidikan memainkan peranan besar di sini.

Namun, pendidikan tidak boleh hanya dimengerti secara sempit sebagai pendidikan di sekolah, tetapi juga pendidikan di dalam keluarga dan di dalam masyarakat. Masyarakat yang cerdas hanya bisa dibangun oleh warga yang memiliki persepsi dan opini yang cerdas. Tidak ada jalan lain.

Akar dari Segala Kejahatan

Tahun 2015, Eropa kembali diancam oleh perang besar. Pasukan Russia terus merapatkan barisan di perbatasan Ukraina. Ukraina, dalam aliansi dengan NATO dan Uni Eropa, juga mempersiapkan pasukannya di perbatasan. Jika konflik terjadi, maka yang perang akan melebar ke seluruh negara Uni Eropa, bahkan ke berbagai negara di benua lainnya. Perang dunia ketiga kini di depan mata kita.

Kelompok bersenjata Negara Islam Irak dan Suriah (ISIS) juga terus melakukan teror di Timur Tengah. Negara-negara sekitarnya, seperti Yordania, Arab Saudi dan Turki, sudah mempersiapkan pasukan untuk menyerbu kelompok ini. Konflik bersenjata dalam skala besar nyaris tak dapat lagi dihindari. Semakin banyak orang akan masuk ke dalam penderitaan, akibat perang dan konflik bersenjata lainnya.

Pada skala yang lebih kecil, beragam jenis kejahatan juga menciptakan penderitaan bagi begitu banyak orang. Pengedar narkoba beserta pengaruh politis maupun ekonomis dari kartel narkoba mengancam kehidupan banyak negara. Anak muda dipaksa masuk untuk bergabung dalam gang bersenjata. Berbagai kebijakan pro rakyat kandas di depan mata, karena pengaruh lobi dari beragam kartel narkoba di dalam kebijakan politik.

Sebagai akibatnya, banyak orang terjebak di dalam rantai kemiskinan. Akar dari kemiskinan ini bukanlah kemalasan atau ketidakmampuan pribadi, melainkan kemiskinan sistemik sebagai dampak dari bobroknya sistem sosial yang ada. Di dalam jeratan kemiskinan, banyak gadis muda yang terjebak ke dalam pelacuran dan perdagangan manusia. Inilah bentuk perbudakan modern di awal abad 21 yang masih tertutup dari mata banyak orang.

Orang yang paham akan hal ini merasa tak berdaya untuk memperbaiki keadaan. Banyak dari antara mereka memutuskan untuk

bersikap tidak peduli. Caranya adalah dengan hidup di dalam rantai konsumsi. Mereka sibuk bekerja, mengumpulkan uang dan membeli barang lebih dan lebih lagi, guna mengobati ketidakberdayaan mereka di dalam kehidupan. Konsumtivisme menjadi candu baru.

Mengapa ini semua terjadi? Mengapa manusia melakukan kejahatan kepada manusia lainnya? Mengapa manusia menciptakan penderitaan bagi manusia lainnya, dan juga bagi banyak mahluk hidup lainnya? Jawabannya hanya satu, yakni delusi, atau kesalahan berpikir mendasar tentang kehidupan.

Kekosongan Batin

Hampir setiap orang yang lahir di awal abad 21 ini merasakan sesuatu yang kurang dalam hidupnya. Mereka merasa, bahwa mereka tidak dapat hidup, jika tidak mendapat pengakuan dari masyarakat. Mereka merasa, bahwa mereka tidak bisa bahagia, jika tidak memiliki uang banyak untuk membeli barang-barang. Perasaan kurang semacam ini menghantui begitu banyak orang, hampir sepanjang hidupnya.

Orang menyebutnya dengan berbagai kata. Ada yang bilang, mereka mencari kebahagiaan. Ada yang bilang, mereka mencari makna di dalam hidupnya. Ada pula yang bilang, mereka mengalami krisis tujuan hidup. Semua menunjuk pada satu keadaan, yakni rasa kurang yang bercokol di dalam batin.

Mereka lalu mencari cara, guna mengisi kekosongan batin tersebut. Mereka pun melihat ke luar dirinya. Narkoba, seks, agama, mistik dan konsumtivisme menjadi alternatif. Namun, semuanya tetap tak bisa mengisi kekosongan batin yang ada. Penderitaan pun berlanjut.

Di dalam proses pencarian, ketika keadaan telah menjadi sedemikian rumit, mereka tak segan menyakiti orang lain. Untuk mempertahankan gaya hidup konsumtif, sebagai pelarian dari kekosongan batin yang dirasakan, orang bersedia korupsi. Bahkan, orang bersedia membunuh orang lain, supaya ia bisa merasakan kepuasan sementara. Dunia pun

dipenuhi dengan orang-orang yang menderita secara batiniah, dan kemudian saling menyakiti satu sama lain.

Inilah yang sekarang ini terjadi di dunia. Russia mengira, bahwa mereka akan menjadi bangsa besar, ketika mereka menguasai Ukraina, atau bahkan menguasai berbagai negara satelit bekas Uni Soviet di masa lalu. ISIS mengira, bahwa mereka bisa mendirikan kerajaan model abad pertengahan, jika mereka terus menyiksa dan membunuh orang-orang yang tak bersalah. Semuanya hidup dalam kesalahpahaman mendasar, bahwa mereka bisa mendapatkan kepenuhan hidup dengan mencari kepuasaan dari benda-benda di luar dirinya.

Aku yang Terpisah

Cara berpikir ini juga didorong oleh delusi lainnya, yakni delusi keterpisahan manusia. Salah satu racun paling mematikan dari filsafat barat adalah pandangan, bahwa manusia adalah mahluk individualistik yang terpisah dari manusia lainnya, dan juga terpisah dari alam. Pandangan ini menyebar begitu luas ke berbagai negara di dunia melalui proses kolonisasi/penjajahan di masa lalu, dan proses globalisasi di masa sekarang. Media cetak dan elektronik (terutama internet) berperan besar di dalam menyebarkan pandangan ini.

Delusi keterpisahan manusia ini juga menjadi akar dari segala bentuk diskriminasi. Bangsa-bangsa tertentu merasa terpisah dari bangsa-bangsa lainnya. Mereka merasa lebih tinggi derajatnya daripada bangsa-bangsa lainnya. Ini lalu mendorong penjajahan politik dan ekonomi dari beberapa negara atas negara-negara lainnya. Ini juga menjadi akar dari perbudakan, rasisme, fasisme dan penjajahan atas minoritas di berbagai negara.

Namun, kekosongan batin tetap ada. Orang bisa menjajah dan menguasai orang lainnya. Namun, ia tetap akan merasa menderita di dalam hatinya. Delusi keterpisahan manusia mendorong orang masuk ke dalam kesepian dan kekosongan batin yang lebih dalam, walaupun

ia memiliki uang, kekuasaan, nama besar dan beragam barang mewah lainnya.

Untuk mengisi kekosongan batinnya, orang juga menghancurkan alam. Hutan dibabat untuk membangun perumahan mewah. Gunung diratakan untuk memperoleh emas. Manusia juga lalu melihat dirinya sebagai sesuatu yang terpisah sekaligus lebih tinggi dari alam dan semua mahluk hidup lainnya. Ia merasa punya hak untuk menguasai dan menghancurkan semuanya, guna memenuhi keinginan dan kerakusannya.

Ketika alam rusak, maka seluruh kehidupan terancam. Hewan punah. Hutan dan berbagai sistem ekologi alamiah lainnya juga hancur, akibat ulah manusia. Di dalam keadaan semacam ini, manusia justru semakin dalam terjebak dalam rasa takut, kesepian dan penderitaan.

Mencari Ke Dalam

Jadi, akar dari segala kejahatan adalah dua delusi mendasar. Yang pertama adalah delusi, bahwa orang bisa mencapai kebahagiaan dengan mencari serta mengumpulkan hal-hal dari luar dirinya, seperti nama baik, kehormatan, uang, harta dan sebagainya. Yang kedua adalah delusi, bahwa manusia adalah mahluk individual yang terpisah dengan manusia-manusia lainnya, dan juga terpisah dari alam. Dua delusi ini menciptakan penderitaan batin yang amat dalam bagi manusia, baik dalam lingkup hidup pribadinya, maupun dalam hubungan-hubungan sosialnya.

Jalan keluar dari dua delusi ini sebenarnya sederhana, yakni kita harus mulai melihat ke dalam diri kita sendiri, dan mencoba menemukan kepenuhan hidup disana. Kita harus berhenti mencoba mengisi kekosongan batin kita dengan hal-hal eksternal, seperti uang, nama besar, barang-barang dan lainnya. Ketika kita menengok ke dalam, kita akan menyadari, siapa diri kita sebenarnya. Di dalam proses menyadari diri kita yang sejati, kita pun lalu akan sampai pada

kesadaran, bahwa segala hal di alam semesta ini adalah kesatuan dari jaringan yang tak terpisahkan.

Kita dan orang lain adalah satu. Kita dan alam adalah satu. Penderitaan mereka adalah penderitaan kita sendiri. Kebahagiaan mereka adalah kebahagiaan kita sendiri.

Pemahaman ini tidak boleh hanya menjadi pemahaman intelektual semata. Ia harus sungguh menjadi bagian dari kesadaran kita sehari-hari. Ketika kita bertindak dari kesadaran mendasar, bahwa apa yang kita cari sudah selalu tertanam di dalam diri kita sendiri, dan bahwa segala hal di dunia ini adalah satu kesatuan dan saling terhubung satu sama lain, maka segala yang kita alami dan lakukan akan selalu bisa membantu diri kita sendiri dan orang lain. Di dalam kesenangan, tindakan kita akan membantu diri kita, orang lain, semua mahluk hidup dan alam sebagai keseluruhan. Bahkan di dalam penderitaan dan kesedihan berat, tindakan kita juga bisa membantu mereka semua.

Tidak ada perbedaan antara kita dan mahluk hidup lainnya. Tidak ada perbedaan antara kita dan alam. Semua perbedaan yang tampak hanya muncul dari panca indera dan pikiran kita yang rapuh. Perbedaan tersebut lahir dari delusi, yakni dari kesalahan berpikir yang mendasar tentang kehidupan.

Delusi hanya menciptakan penderitaan di dalam hati kita. Ketika hati kita menderita, kita pun lalu dengan mudah menyakiti orang lain. Kita juga dengan mudah menghancurkan kehidupan lain dan alam ini, demi memuaskan delusi kita. Delusi inilah akar dari segala kejahatan. Mau sampai kapan kita hidup seperti ini?

Moralitas Itu Berbahaya

Ada satu pola menarik di dalam sejarah. Para pelaku kejahatan terbesar justru adalah orang-orang yang hidup dalam bayang-bayang moralitas. Para penguasa Persia di masa lalu merasa bermoral tinggi, dan melakukan penaklukan ke berbagai penjuru Timur Tengah. Para penguasa Mesir di masa lalu merasa bermoral tinggi, dan memperbudak penduduknya sendiri untuk membangun Piramid.

Orang-orang Yahudi mengaku bangsa bermoral dan bertuhan. Namun, mereka yang menyalibkan Yesus, tanpa alasan yang bisa dipertanggungjawabkan. Kekaisaran Ottoman Turki mengaku bermoral dan bertuhan. Namun, mereka melakukan penaklukan berdarah ke berbagai penjuru negara Timur Tengah.

Eropa mengaku sebagai benua yang beradab dan bertuhan. Namun, mereka memperbudak dan menjajah begitu banyak bangsa selama kurang lebih 500 tahun. Hitler hidup dalam panduan moral yang tinggi. Ia menjadi otak sekaligus pelaksana pembantaian orang-orang Yahudi di masa perang dunia kedua.

Amerika Serikat mengaku bangsa yang bermoral dan bertuhan. Namun, mereka menjadi otak dari begitu banyak pembantaian massal di berbagai penjuru dunia di abad 20. Kini, para teroris dengan pandangan Islam ekstrimisnya menjadi pelaku kekerasan di berbagai penjuru dunia. Mereka juga mengaku bermoral dan bertuhan.

Mengapa ini terjadi? Mengapa orang-orang yang mengaku bermoral, bertuhan dan beragama justru menjadi pelaku kejahatan-kejahatan terbesar di dalam sejarah? Saya berpendapat, bahwa sumber dari segala kejahatan ini justru lahir dari moralitas itu sendiri. Moralitas bukanlah solusi atas kejahatan, melainkan justru akar dari kejahatan itu sendiri.

Moralitas

Moralitas adalah pertimbangan baik dan buruk. Apakah suatu tindakan baik? Apakah suatu tindakan buruk? Keputusan apa yang baik untuk saya ambil? Inilah kiranya pertanyaan-pertanyaan terkait dengan moralitas.

Kita juga seringkali menggunakan pertimbangan moral dalam membuat keputusan-keputusan penting dalam hidup. Apakah pernikahan baik untuk saya? Pekerjaan mana yang baik untuk saya? Jahatkah saya, jika saya mengambil keputusan ini?

Satu hal yang pasti adalah, bahwa moralitas adalah pertimbangan pikiran. Ia terjadi di dalam pikiran manusia. Ia tidak ada secara nyata dan empiris di dalam kenyataan sehari-hari. Moralitas bukanlah kenyataan alamiah.

Apa itu kenyataan alamiah? Sesungguhnya, kenyataan alamiah tidak memiliki konsep atau kata untuk menjelaskannya. Ia adalah "sesuatu". Para filsuf Eropa menyebutnya sebagai "Ada" (*Being, Sein, to on*). Para mistikus India menyebutnya sebagai "Diri" (*the Self*). Namun, sejatinya, ia tak bisa dijelaskan dengan kata-kata.

Moralitas itu Berbahaya

Lalu, mengapa moralitas itu berbahaya? Moralitas, seperti saya jelaskan sebelumnya, selalu terkait dengan baik dan buruk. Jika sebuah pertimbangan dianggap buruk secara moral, maka orang akan menjauhinya. Jika sebuah pertimbangan dianggap baik secara moral, maka orang akan mengikutinya.

Namun, hidup tidak sesederhana itu. Apa yang buruk biasanya memikat. Apa yang baik biasanya membosankan. Inilah yang sekarang ini banyak terjadi.

Ketika orang melakukan yang buruk, maka ia akan memperoleh kenikmatan sementara. Namun, semua itu akan berakhir pada

penyesalan dan penderitaan. Orang akan merasa bersalah, karena ia telah bertindak jahat. Tindakan tersebut telah menyakiti dirinya dan orang lain.

Orang yang suka berbohong memang kelihatan berhasil pada awalnya. Namun, semakin lama, jika ia terus berbohong, ia akan tenggelam di dalam kebohongannya. Ia tidak bisa lagi membedakan kenyataan dan kebohongan yang ia bangun sendiri. Ia pun hidup dalam penderitaan.

Sebaliknya, ketika orang bertindak baik, maka ia akan berusaha untuk mempertahankan tindakannya tersebut. Ia lalu melekat dan terikat dengan tindakan tersebut. Ia tergantung secara emosional dengan tindakan itu. Dalam perjalanan waktu, tindakan baik itu menghasilkan banyak tegangan batin di dalam dirinya.

Tegangan batin, pada akhirnya, akan menghancurkan tindakan baik tersebut. Yang muncul kemudian adalah perasaan bersalah, karena orang tak lagi mampu mempertahankan tindakan baik itu. Orang merasa munafik atau justru menjadi orang yang munafik. Ia justru malah menjadi kejam pada sesamanya dan dirinya sendiri. Tak heran, banyak pelaku kejahatan kejam di dalam sejarah justru adalah orang yang memiliki prinsip moral tinggi, atau bahkan amat religius.

Orang yang memegang erat prinsip jujur akan mengalami ketenangan batin pada awalnya. Namun, ia hanyalah manusia. Ia tidak bisa jujur setiap saat dan setiap waktu. Ada waktunya, ia perlu berbohong, seringkali dengan alasan-alasan yang masuk akal. Orang yang memegang erat prinsip jujur juga pada akhirnya akan berbohong juga. Ini akan melahirkan perasaan bersalah dan penderitaan yang amat dalam pada orang tersebut.

Jadi, tindakan buruk menghasilkan tegangan dan penderitaan. Tindakan baik juga menghasilkan ketegangan dan penderitaan. Keduanya melahirkan tegangan dan ketakutan di dalam batin. Dari tegangan, penderitaan dan ketakutan batin tersebut, orang justru malah

menjadi kejam pada orang lain, dan pada dirinya sendiri. Ini seperti lingkaran setan yang tak bisa diputuskan.

Moralitas menghasikan semacam keterpecahan kepribadian di dalam diri manusia. Ia terbelah antara harapan tentang dirinya sendiri, dan keadaan nyata di depan matanya tentang dirinya sendiri. Moralitas menghasilkan semacam neurosis di dalam pikiran manusia. Ia memiliki fungsi terbalik, yakni justru mendorong orang untuk menjadi tidak bermoral.

Moral dan keputusan

Sayangnya, kita seringkali menggunakan pertimbangan moral di dalam membuat keputusan. Pertimbangan moral, dan tindakan yang lahir darinya, selalu melahirkan ketegangan di dalam batin. Ketegangan batin berujung pada penderitaan batin. Banyak orang tak kuat menanggung tegangan dan penderitaan batin tersebut. Mereka justru menjadi orang yang paling kejam.

Maka, menurut saya, moralitas itu berbahaya. Ia mencoba menyelesaikan sebuah masalah dengan menciptakan masalah-masalah baru. Banyak negara yang mengaku bermoral justru bertindak kejam terhadap warganya dan terhadap negara lain. Ini lahir dari tegangan dan penderitaan yang sudah selalu tertanam di dalam moralitas itu sendiri.

Indonesia mengaku sebagai negara bermoral dan beragama. Semua orang berteriak soal moral dan agama. Namun, korupsi dan kebohongan menyelubungi dunia politik kita. Diskriminasi dan kebencian mewarnai hidup bermasyarakat kita. Kita pun gemar menghukum mati orang-orang yang kita anggap tak layak hidup. Ini contoh yang amat pas untuk menggambarkan bahaya dari moralitas yang justru menghasilkan kemunafikan dan kekejaman.

Panduan Baru: Kejernihan Berpikir

Yang jelas, kita membutuhkan panduan lain dalam hidup kita, selain moralitas. Kita membutuhkan pijakan lain untuk membuat keputusan. Moralitas seolah menjadi jawaban, namun ia seringkali justru melahirkan masalah-masalah baru yang lebih besar. Moralitas adalah sesuatu yang harus dilampaui.

Saya menawarkan panduan lain, yakni kejernihan berpikir. Pertanyaan yang harus diajukan bukanlah "Apakah ini baik atau buruk?", melainkan "Apakah ini lahir dari kejernihan berpikir, atau tidak?" Pikiran yang jernih berarti lepas dari pertimbangan baik dan buruk. Pikiran yang jernih berarti lepas dari pertimbangan untuk dan rugi.

Pikiran yang jernih bersifat alamiah. Ia muncul dari kesadaran diri manusia, dan bukan dari pertimbangan akal budi, baik-buruk atau untung-rugi. Pikiran yang jernih melihat situasi nyata. Ia bersikap tepat pada setiap keadaan yang terjadi.

Pikiran yang jernih tidak sibuk dengan masa lalu. Pikiran yang jernih menolak untuk melompat ke masa depan. Ia berfokus pada situasi disini dan saat ini. Ia memecahkan masalah sesuai dengan konteksnya masing-masing.

Bagaimana melahirkan kejernihan berpikir? Caranya sederhana: stop melakukan analisis dan stop berpikir! Lakukan apa yang mesti dilakukan disini dan saat ini. Bertindaklah mengalir secara alamiah dari saat ke saat.

Berbohong bukanlah baik atau buruk. Ia amat tergantung pada konteks. Berbohong untuk menyelamatkan nyawa orang lain adalah tindakan yang lahir dari kejernihan berpikir. Membunuh untuk mempertahankan diri dan keluarga dari serangan perampok adalah tindakan yang juga lahir dari kejernihan berpikir. Membunuh dan berbohong adalah tindakan yang jernih, jika dilakukan secara tepat pada keadaan-keadaan tertentu.

Melampaui Moralitas

Ketika pertimbangan akal budi masuk, maka kejernihan hilang. Ketika orang sibuk memikirkan baik dan buruk, maka kejernihan hilang. Ketika orang sibuk memikirkan untung dan rugi, maka kejernihan hilang. Orang yang sibuk memikirkan baik dan buruk akan terus mengalami ketegangan di dalam hatinya.

Ia seperti hidup dalam penjara yang dibangun oleh pikirannya sendiri. Hal yang sama terjadi dengan orang yang selalu sibuk melakukan pertimbangan untuk dan rugi di dalam hidupnya. Hidupnya tidak akan pernah lepas dari kecemasan. Dari kecemasan itu, ia bisa bertindak kejam pada orang lain, dan pada dirinya sendiri.

Moralitas melahirkan ketegangan. Ketegangan mendorong sikap agresif. Sikap agresif lahir bisa diarahkan pada orang lain, atau pada diri sendiri. Selama orang masih melekat pada moralitas, selamanya ia akan terjebak pada lingkaran setan ketegangan dan penderitaan hidup.

Jalan keluar dari masalah ini hanya satu: kejernihan berpikir. Orang yang hidup dengan kejernihan pikiran tidak hanya berhasil dalam karir, tetapi juga menemukan kebahagiaan dan kedamaian sejati di dalam batinnya. Ia keluar dari lingkaran setan kehidupan yang dibangun oleh moralitas. Jadi, apakah pikiranmu sudah jernih?

Agama dan Kekerasan

Ada pepatah Cina kuno yang mengatakan, "Alat yang baik di tangan orang jahat akan menjadi alat yang jahat." Sebaik apapun ajaran suatu agama, jika dianut oleh sekumpulan orang yang menderita dan tersesat, maka agama itu akan menjadi jahat yang menghasilkan penderitaan bagi banyak orang.

Pembunuhan wartawan-wartawan Charlie Ebdo di Paris sungguh menggetarkan hati dunia. Lagi-lagi, agama digunakan untuk membenarkan kekerasan. Sungguh menjijikan. Peristiwa ini terangkai erat dengan pelbagai peristiwa kekerasan atas nama agama lainnya, seperti ISIS (Negara Islam Irak dan Suriah) yang terus melakukan pembunuhan massal di Irak dan mengancam negara-negara di Timur Tengah lainnya.

Di Nigeria, kelompok Islam ekstrimis Boko Haram juga melakukan pembunuhan massal. Beberapa waktu lalu, kelompok Islam ekstrimis juga melakukan pembunuhan massal terhadap anak-anak di Pakistan. Di Israel, agama Yahudi dijadikan dasar sekaligus pembenaran untuk melakukan penindasan nyaris tanpa henti kepada Palestina. Di Indonesia, diskriminasi terhadap agama minoritas nyaris menjadi makanan sehari-hari.

Tak jauh dari ingatan kita sebagai bangsa Indonesia, Kristianitas digunakan untuk pembenaran bagi proses penjajahan Eropa atas seluruh dunia. Jutaan manusia manusia dari berbagai belahan dunia mati dalam rentang waktu lebih dari 300 tahun, akibat peristiwa ini. Sumber daya alam dikeruk demi kekayaan bangsa-bangsa Eropa. Beragam budaya dan cara hidup hancur di dalam proses penjajahan yang juga memiliki motif Kristenisasi seluruh dunia itu.

Di India, sebelum Natal 2014, sekitar 5000 keluarga diminta untuk memeluk kembali Hinduisme. Mereka yang tidak mau mengubah

agama diminta untuk keluar dari India. Sebagai bangsa, India juga terus dikepung oleh konflik yang terkait dengan agama. Fenomena yang sama berulang kembali: agama digunakan untuk membenarkan tindak kekerasan, guna membela kepentingan ekonomi dan politik yang tersembunyi.

Mengapa ini bisa terjadi? Mengapa peristiwa dengan pola semacam ini terus berulang? Mengapa agama, yang konon mengajarkan kebaikan universal dalam hubungan dengan yang transenden, terus menerus dipelintir untuk membenarkan tindakan biadab? Mengapa hubungan agama dan kekerasan tidak juga bisa diputus? Mengapa kita nyaris tidak belajar apapun dari pelbagai peristiwa biadab ini?

Berpikir Dualistik

Akar dari segala kejahatan dan kekerasan adalah pikiran. Semua tindakan dimulai dari pikiran. Semua penilaian dan analisis mulai dari pikiran. Maka, kita pun harus masuk ke ranah pikiran, guna membongkar akar kekerasan.

Pada hemat saya, akar dari segala kejahatan adalah pola pikir dualistik. Apa itu? Pola pikir dualistik selalu melihat dunia dalam dua kutub yang bertentangan, yakni benar-salah, baik-buruk, suci-tidak suci, beriman-kafir, serta dosa-tidak dosa. Dengan pembedaan ini, kita lalu terdorong selangkah lebih jauh untuk melihat orang lain sebagai musuh (yang berdosa, kafir, salah, dan buruk) yang harus dihancurkan.

Padahal, jika ditelaah lebih dalam, pola berpikir dualistik pada dasarnya adalah salah. Tidak ada dualisme. Dualisme hanya ada di dalam pikiran. Tidak ada perbedaan. Perbedaan hanya tampilan kulit yang menutupi esensi yang sama dari segala hal.

Segala bentuk kekerasan dan kejahatan bisa dilenyapkan, jika kita melepaskan pola berpikir dualistik. Kita lalu melihat diri kita sendiri satu dan sama dengan segala hal, termasuk dengan alam, hewan dan tumbuhan. Kita tidak lagi memiliki dorongan untuk mencap atau

menyakiti apapun atau siapapun, karena kita semua, sejatinya, adalah satu dan sama. Bahkan, pada situasi yang paling ekstrem, kita lebih memilih untuk disakiti, daripada menyakiti orang lain.

Dualistik dan Kekerasan

Namun, pola berpikir dualistik tidak otomatis langsung menciptakan kekerasan. Setidaknya, saya melihat dua hal yang mendorong pola berpikir dualistik menjadi kekerasan. Yang pertama adalah kesenjangan ekonomi yang besar antara orang kaya dan orang miskin. Ketika sekelompok orang hidup dalam kemiskinan yang besar, sementara mereka harus menyaksikan orang-orang kaya bergaya hidup mewah setiap harinya, pola berpikir dualistik akan mendorong terciptanya tindakan kekerasan.

Yang kedua adalah konflik masa lalu yang belum mengalami rekonsiliasi, dan menjadi dendam. Ketika orang hidup dalam dendam, segala hal akan tampak jelek di matanya. Ia akan bersikap jahat, seringkali tanpa alasan. Maka, segala konflik di masa lalu harus menjalani proses rekonsiliasi, supaya ia tidak berubah menjadi trauma kolektif dan dendam yang mendorong terciptanya kekerasan.

Sebagai manusia, kita perlu untuk memutus rantai pikiran yang memisahkan. Kita perlu melihat dunia apa adanya, tanpa perbedaan. Kita perlu sadar, bahwa segalanya adalah satu dan sama. Kita juga perlu sadar, bahwa kita semua hidup dalam kesatuan jaringan yang tak bisa dipisahkan. Pola berpikir dualistik haruslah dilampaui.

Di sisi lain, kita juga harus berusaha membangun masyarakat tanpa kesenjangan sosial. Tidak boleh ada kesenjangan antara si kaya dan si miskin. Semua harus mendapat hak yang sama sebagai manusia yang bermartabat. Semua juga harus diberikan kesempatan untuk membangun hidupnya secara bermartabat.

Berbagai konflik di masa lalu juga harus diakui dan menjalani proses rekonsiliasi. Rekonsiliasi disini terkait dengan upaya untuk

memperbaiki hidup korban dari konflik di masa lalu. Ia juga terkait dengan mencari tahu, apa yang menjadi akar dan pola konflik yang terjadi di masa lalu itu. Rekonsiliasi akan mengurangi kemungkinan terjadinya konflik dengan pola yang sama di masa depan.

Agama dan Pengalaman Mistik

Setiap agama berawal dari pengalaman mistik manusia. Pengalaman mistik adalah pengalaman kesatuan dengan sesuatu yang lebih tinggi dari manusia, entah itu alam, roh, Tuhan, Allah dan sebagainya. Pengalaman mistik itu lalu dibagikan kepada orang lain, lalu berkembang menjadi agama. Agama lalu menjadi bagian dari cara hidup masyarakat tertentu.

Pengalaman mistik adalah inti dari semua agama. Agama tanpa pengalaman mistik hanya seperti organisasi biasa. Di dalam pengalaman mistik, orang melihat dirinya sebagai bagian dari kesatuan dengan segalanya. Pengalaman ini lalu coba disampaikan seturut dengan cara-cara kultural yang ia miliki.

Sejatinya, pengalaman mistik tidak bisa dibagikan. Ia adalah pengalaman kesatuan dengan segala hal, yakni pengalaman non-dual. Ketika dibagikan atau disampaikan kepada orang lain, ia lalu berubah menjadi pengalaman dualistik dan pola pikir dualistik. Pola pikir dualistik ditambah dengan berbagai masalah sosial lainnya akan berujung pada kekerasan. Inilah mengapa agama-agama sekarang begitu mudah dipelintir dan bahkan menjadi motif utama terjadinya kekerasan.

Dengan pola berpikir dualistik, setiap agama menulis kitab suci dan merumuskan teologinya masing-masing. Namun, kitab sucii dan teologi justru hanya menciptakan jurang yang lebih dalam, baik di antara penganut agama tersebut, maupun dengan penganut agama lainnya. Terciptalah kelompok-kelompok, seperti kelompok pendosa, kelompok suci, kelompok kafir, kelompok taat, kelompok progresif,

kelompok konservatif dan sebagainya. Mereka lalu saling berperang satu sama lain. Inilah hasil dari pola berpikir dualistik.

Maka dari itu, agama-agama sekarang ini haruslah melihat kitab suci dan teologinya masing-masing tidak sebagai kebenaran mutlak. Semuanya lahir dari pola berpikir dualistik yang tidak sesuai dengan kenyataan dan kebenaran alamiah semesta. Agama-agama harus kembali ke akarnya masing-masing, yakni pengalaman mistik. Pengalaman mistik melampaui pola berpikir dualistik, dan masuk ke ranah tanpa pembedaan.

Pola berpikir mistik menghasilkan kedamaian hati. Kedamaian hati mendorong kedamaian sosial. Para teolog dari berbagai agama berdebat dan bertengkar. Namun, para mistikus dari berbagai agama berjumpa dalam diam, karena mereka tahu, mereka semua satu dan sama. Jadi, agama-agama harus melihat tradisi, teologi dan kitab sucinya masing-masing hanya sebagai alat, dan bukan tujuan pada dirinya sendiri.

Ketika agama kembali ke akarnya masing-masing, yakni pengalaman mistik kesatuan dengan segalanya, maka dunia akan damai. Ketika agama tidak memutlakan ajaran-ajarannya masing, dan melihat segalanya sebagai satu dan sama dalam jaringan yang tak terpisahkan, maka akan tercipta kedamaian yang sejati. Agama tanpa kekerasan hanya bisa dicapai dengan menyentuh pengalaman mistik kesatuan batin manusia dengan semesta. Di ranah itu, kita tidak berjumpa dalam perbedaan, melainkan dalam kesatuan.

Artinya, kita berjumpa dalam cinta… cinta yang sejati.

Anatomi Rasa Takut

"Dibalik segala kekerasan dan kejahatan, ada rasa takut bersembunyi…"

Awal Maret 2015, Perdana Menteri Israel, Benyamin Netanyahu, berpidato di depan Konggres Amerika Serikat di Washington. Ia berbicara soal bahaya dari negara Iran yang kemungkinan akan memiliki senjata nuklir dalam waktu dekat. Netanyahu ingin menebar rasa takut di kalangan Konggres Amerika Serikat, supaya AS turun tangan langsung untuk berperang melawan Iran. Ia ingin menyuntikkan rasa takut ke dalam politik luar negeri AS.

Sebagai sebuah negara, AS memang didirikan dari rasa takut terhadap tirani Kerajaan Inggris. Hampir sepanjang sejarahnya, AS hidup sebagai sebuah negara yang dipenuhi kegelisahan dan rasa takut atas musuh dari luar. Pada masa perang dunia kedua, Hitler dan Jerman menjadi musuh. Pada masa perang dingin dan di awal abad 21, Uni Soviet dan kelompok teroris Islam ekstrimis menjadi musuh. Karena rasa takut ini, AS sering terlibat di dalam berbagai perang yang sia-sia.

Politik yang didorong oleh rasa takut juga bukan hal baru di Indonesia. Sejak awal, Indonesia takut akan kembalinya pasukan kolonial Belanda dan Inggris. Seluruh politik Sukarno juga diarahkan untuk menumpas segala bentuk neokolonialisme yang dibawah oleh negara-negara Barat. Pada masa Orde Baru, politik Indonesia didorong oleh rasa takut terhadap komunisme. Jejak-jejaknya masih terasa sampai saat ini.

Kita pun seringkali diselimuti rasa takut. Kita takut akan ketidakpastian masa depan dan keluarga kita. Apakah kita akan sukses di kemudian hari? Apakah kita akan hidup sehat sampai usia tua? Pertanyaan-pertanyaan ini menciptakan harapan sekaligus rasa takut di dalam hidup kita.

Di sisi lain, banyak orang juga takut akan masa lalunya. Mereka menyesal telah berbuat kesalahan di masa lalu. Di masa kini, mereka menanggung akibat dari kesalahan masa lalu mereka. Hari-hari mereka dipenuhi dengan campuran antara rasa takut, cemas dan menyesal.

Namun, kita semua tahu, ketakutan terbesar kita adalah kematian. Kita takut berpisah dengan keluarga dan orang-orang yang kita cintai, ketika kita meninggal. Kita juga takut apa yang ada di kehidupan berikutnya, setelah kita mati. Kita juga takut, ketika orang yang kita cintai meninggalkan kita terlebih dahulu.

Ada masalah besar disini. Ketika kita takut, pikiran kita kacau. Kita jadi melihat hal-hal yang tak ada. Sebaliknya, kita justru jadi tidak menghargai hal-hal baik yang sudah ada. Rasa takut membuat kita buta.

Pikiran yang kacau menyebabkan penderitaan di dalam hati kita. Ketika kita menderita, maka tindakan kita juga kacau. Kita pun bisa menyebabkan penderitaan bagi orang lain. Kebutaan akibat rasa takut dan penderitaan yang menggerogoti hati kita mendorong kita untuk berbuat jahat.

Pertimbangan-pertimbangan kita pun juga kacau, karena pikiran yang kacau. Keputusan yang kita ambil banyak merugikan diri kita sendiri. Orang lain pun juga terkena dampaknya. Orang-orang yang hidup dengan kebutaan dan penderitaan akibat rasa takut, namun memiliki kekuasaan politik yang besar, seperti George W. Bush dan Benyamin Netanyahu, juga akan membawa penderitaan besar bagi banyak orang.

Pada tingkat pribadi, rasa takut bisa memberikan penderitaan batin yang besar. Banyak orang mengalami depresi, karena rasa takut yang begitu besar di dalam dirinya. Mereka tidak bisa menemukan kebahagiaan dan kedamaian di dalam hidupnya. Pada keadaan yang sangat parah, orang memilih untuk bunuh diri, karena tak kuat lagi menahan rasa takutnya.

Mengapa kita merasa takut? Apa itu ketakutan? Mengapa ia bisa menjadi daya dorong yang besar, bahkan bisa mendorong terciptanya perang besar antara berbagai negara? Bisakah kita melampaui rasa takut yang bercokol di dalam diri kita?

Ketakutan dan Akarnya

Ketakutan adalah antisipasi berlebihan terhadap apa yang akan terjadi. Fokus dari ketakutan adalah masa depan. Ia belum terjadi, namun kemungkinan akan terjadi. Kemungkinan ini didasarkan pada pengalaman pahit diri sendiri maupun orang lain di masa lalunya.

Sumber dari rasa takut adalah pikiran kita. Kita membangun bayangan atas apa yang akan terjadi pada diri kita. Bayangan tersebut menghantui kita, dan membuat pikiran kita menjadi kacau. Pikiran kacau juga akan menciptakan hidup yang kacau.

Jadi, rasa takut adalah bayangan. Ia belum terjadi. Kemungkinan juga, ia tidak akan pernah terjadi. Rasa takut tidak ada pada dirinya sendiri, melainkan sangat tergantung dari cara berpikir dan keadaan pikiran kita.

Darimana bayangan yang menciptakan rasa takut ini muncul? Hubungan kita dengan orang lain dan dengan kenyataan itu sendiri melahirkan rasa takut dalam diri kita. Kita mendengar cerita dari orang lain yang mengalami pengalaman jelek, lalu kita menjadikan cerita jelek itu sebagai bagian dari bayangan kita. Rasa takut pun kemudian lahir.

Pengalaman pribadi kita sendiri di masa lalu juga menciptakan rasa takut. Kita mengalami pengalaman pahit di masa lalu. Lalu, kita takut, andaikan pengalaman itu terulang kembali. Kita pun melakukan segala hal untuk mencegahnya. Upaya pencegahan ini seringkali melahirkan rasa tegang dan rasa takut di dalam batin kita.

Ketika kita mendengar cerita pahit tentang hidup orang lain, kita seringkali menerimanya begitu saja sebagai kebenaran. Kita tidak menggunakan pikiran kritis untuk bertanya, apakah cerita itu benar,

atau tidak. Jadi, ketakutan juga bisa lahir dari pikiran yang tidak kritis, yakni pikiran yang gampang percaya. Orang semacam ini gampang sekali menjadi korban adu domba dan provokasi orang lain.

Pikiran yang tidak kritis menciptakan delusi di dalam pikiran kita. Delusi, dalam arti ini, berarti kesalahan berpikir tentang kehidupan dan kenyataan itu sendiri. Delusi membuat kita memiliki rasa takut yang akhirnya membuat kita hidup menderita. Kita tidak bisa menemukan kedamaian dan kebahagiaan di dalam hati kita.

Melampaui Rasa Takut

Di dalam tradisi Zen Buddhisme, tugas utama setiap manusia adalah memahami pikirannya. Memahami pikiran berarti memahami jati diri asali setiap orang, sebelum ia masuk ke dalam dunia sosial. Memahami pikiran juga berarti menyadari, bahwa pikiran itu tidak ada. Memahami jati diri asali manusia berarti juga menyadari, bahwa "jati diri" itu tidak ada.

Ketika diri dan pikiran disadari sebagai tidak ada, maka orang tidak akan pernah merasa takut lagi dalam hidupnya. Semua peristiwa yang menimpanya dianggap sebagai peristiwa biasa, yakni bagian kecil dari jagad semesta ini. Orang lalu tidak lagi hidup dengan pikirannya, melainkan dengan kesadarannya. Ia menjadi pribadi yang peka, peduli dan terlibat untuk membantu orang-orang di sekitarnya yang kesulitan.

Eckhart Tolle di dalam bukunya yang berjudul *Jetzt! Die Kraft der Gegenwart* juga menegaskan, bahwa masa lalu itu tidak ada. Masa lalu itu hanyalah bayangan semata yang tidak punya objek yang konkret. Rasa takut akibat dari kesalahan masa lalu juga hanyalah bayangan semata yang rapuh dan fana. Yang sesungguhnya ada hanyalah masa kini.

Jika masa lalu itu hanya bayangan, bagaimana dengan masa depan? Masa depan pun juga merupakan bayangan. Rasa takut akan masa depan, menurut Hinnerk Polenski dalam bukunya *Hör auf zu denken,*

sein einfach glücklich, adalah ilusi atau bayangan yang mengacaukan pikiran manusia. Ia tidak ada pada dirinya sendiri, melainkan hanya muncul dari pikiran manusia.

Kematian pun juga sejatinya tidak ada. Ia hanya bagian dari proses perubahan semesta. Mistikus Islam, Rumi, menegaskan, bahwa kematian hanya merupakan tipuan dari mata. Seluruh panca indera kita menipu kita dengan memberikan kesan perpisahan yang sesungguhnya tak ada.

Jika kematian tak ada, maka kehidupan pun juga tak pernah ada. Kita semua hanya numpang lewat minum teh di dunia ini, begitu kata kebijaksanaan kuno Jawa. Kita hanya perlu hidup sesederhana dan sebaik mungkin, supaya kita bisa memberikan kebahagiaan pada diri kita sendiri, dan pada orang lain. Sisanya hanya sementara dan fana, maka kita tidak perlu terlalu serius dan ambisius dalam hidup ini.

Segala hal adalah lahir dari pikiran manusia. Rasa takut juga lahir dari pikiran kita. Kematian dan kehidupan juga adalah konsep hasil ciptaan pikiran kita. Namun, pikiran kita bersandar pada panca indera kita yang sesungguhnya rapuh. Maka, pikiran kita pun rapuh. Jangan percaya dengan pikiran yang muncul di kepalamu, begitu kata Seung Sahn, Zen Master dari Korea dalam bukunya *The Compass of Zen*.

Ketika pikiran dilepas, kita akan menemukan kedamaian. Ketika pikiran dilepas, maka kematian, kehidupan, masa lalu, masa depan dan segala bentuk ketakutan akan lenyap dalam sekejap mata. Kita pun bisa hidup dengan kesadaran penuh yang melahirkan kedamaian dan kebahagiaan di dalam hati. Kita pun lalu bisa menolong orang lain yang membutuhkan kita.

Hidup ini tidak sulit. Hidup ini juga tidak mudah. Hidup ini hanya perlu dijalani apa adanya. Para filsuf Stoa mengajarkan kita untuk tidak membuat penilaian dalam hidup ini. Kita hanya perlu hidup dari saat ke saat.

Hidup dari saat ke saat adalah hidup yang sempurna. Rasa takut tidak ada. Masa lalu dan masa depan tidak ada. Kehidupan dan kematian juga tidak ada. Yang ada hanya satu: kedamaian sejati.

Para politikus kita perlu sampai pada kesadaran ini. Hanya dengan cara ini, politik kita di Indonesia bisa berkembang untuk memajukan keadilan dan kesejahteraan bersama. Sistem raksasa dengan aturan hukum yang banyak akan percuma, jika manusia-manusia pelaksananya diselubungi rasa takut dan penderitaan. Itu hanya menciptakan sistem politik yang mahal, namun tanpa hasil nyata.

Benyamin Netanyahu juga perlu untuk keluar dari rasa takutnya, supaya ia bisa melihat keadaan dengan lebih jernih, dan membuat keputusan dengan lebih bijak. Sudah waktunya pula Indonesia melepaskan ketakutannya pada komunisme. Kita harus meninggalkan politik rasa takut dengan terlebih dahulu melampaui rasa takut yang bercokol di dalam hati kita. Suatu saat, kita akan bisa berkata, ”Masih takut? Hari*geneee*?”

Rasa Takut

Semua orang pasti pernah merasa takut. Saya pernah merasa takut. Anda juga pasti pernah merasa takut. Takut menjadi bagian hidup manusia dari seluruh jaman.

Padahal, rasa takut adalah benda paling jahat di dunia. Ia membuat orang khawatir berlebihan akan hidupnya. Pikirannya kacau. Badannya pun juga ikut sakit.

Orang menderita, karena diterkam rasa takut. Hidupnya bagai di neraka. Orang yang merasa takut juga cenderung jahat pada orang lain. Ia gampang marah, dan gampang berbuat kasar.

Pada tingkat yang lebih tinggi, rasa takut juga menciptakan perang. Kelompok yang satu khawatir, bahwa kelompok lainnya akan menyerang dia. Maka, ia menyerang duluan. Perang pun meletus.

Pada tingkat pribadi, rasa takut menciptakan penyakit jiwa. Deretan penyakit jiwa muncul, karena orang merasa takut. Rasa takut juga mendorong orang berbuat yang *aneh-aneh*. Pada kasus yang parah, rasa takut mendorong orang untuk melakukan bunuh diri.

Apa itu rasa takut? Mengapa orang merasa takut? Bagaimana cara melampaui rasa takut? Inilah pertanyaan-pertanyaan penting untuk hidup setiap orang.

Rasa Takut

Rasa takut adalah perasaan tegang di dalam pikiran, karena kemungkinan akan kehilangan sesuatu. Sesuatu itu bisa berupa harta, reputasi atau hidup. Rasa takut biasanya timbul, karena perasaan terancam. Ada yang mengancam harta kita, reputasi kita atau hidup kita, sehingga kita lalu merasa takut.

Akar rasa takut, sejatinya, adalah kesalahan berpikir. Kita mengira, sesuatu itu abadi. Maka, kita lalu menggantungkan hidup kita pada sesuatu itu, entah uang, reputasi atau pekerjaan kita. Kita mengira, semua itu adalah kebenaran sejati yang akan ada selamanya.

Kita mengira, dunia itu ada. Kita mengira, uang itu ada. Kita mengira, reputasi itu ada. Padahal, jika dipikirkan lebih dalam, segala sesuatu itu kosong. Ia ada, karena pikiran kita semata.

Kita juga mengira, kita ini ada. Kita mengira, reputasi kita adalah segalanya. Kita mengira, karir kita adalah segalanya. Padahal, jika dicari lebih dalam, kita tidak akan menemukan sesuatu yang utuh dan abadi di dalam diri, reputasi ataupun karir kita. Semuanya fana dan sementara, bagaikan bayangan.

Kita ditipu oleh pikiran kita sendiri. Pikiran kita menciptakan segalanya, dan kita mengira, itu semua sebagai benar, utuh dan abadi. Padahal, pikiran kita itu rapuh. Ia bisa berubah, dan bahkan lenyap.

Melampaui Rasa Takut

Obat paling manjur untuk rasa takut adalah dengan menyadari, bahwa segala sesuatu itu kosong, bagaikan bayangan. Dunia itu kosong. Diri kita itu kosong. Yang ada hanyalah ruang hampa yang besar dan mencakup semuanya.

Tidak ada yang perlu ditakutkan. Tidak ada yang perlu dicemaskan. Semuanya adalah ”apa adanya”. Tidak baik, tidak buruk, tidak benar, tidak salah, semuanya hanya ”apa adanya”.

Jika obat ”kekosongan” ini diminum, kita akan bebas dari rasa takut. Kita tidak akan menderita secara batin ataupun badan. Kita juga tidak akan membuat orang lain susah. Kita hanya hidup saat demi saat dengan kejernihan dan kedamaian hati.

Jika lapar, maka kita makan. Jika haus, maka minum. Jika lelah, maka tidur. Semuanya dilakukan dengan kesederhanaan, tanpa rasa takut.

Kesadaran akan kekosongan dari segala sesuatu adalah kebijaksanaan tertinggi. Orang yang menyadarinya akan bebas dari rasa takut. Bebas dari rasa takut berarti bebas dari penderitaan. Bebas dari penderitaan berarti hidup yang penuh dengan kedamaian, kejernihan dan cinta untuk semua.

Jadi, tunggu apa lagi?

Identitas Itu Ilusi

Begitu banyak konflik terjadi dengan latar belakang perbedaan identitas. Perbedaan ras, suku, agama dan pemikiran dijadikan pembenaran untuk menyerang dan menaklukan kelompok lain. Darah bertumpahan, akibat konflik identitas semacam ini. Lingkaran kekerasan yang semakin memperbesar kebencian dan dendam pun terus berputar, tanpa henti.

Namun, kita sebagai manusia nyaris tak pernah belajar dari beragam konflik berdarah ini. Sampai sekarang, kita masih menyaksikan perang di berbagai tempat, akibat perbedaan identitas. Ketegangan antara ISIS (Negara Islam Irak dan Suriah) dengan negara-negara di sekitarnya memuncak pada jatuhnya banyak korban tak bersalah. Amerika Serikat masih merasa sebagai satu-satunya negara yang memiliki identitas khusus, sehingga berhak melakukan apapun di dunia, tanpa ada yang bisa melarang.

Indonesia juga memiliki sejarah panjang terkait dengan konflik karena perbedaan identitas. Konflik Sampit sampai dengan tawuran pelajar terjadi, akibat perbedaan identitas. Pasangan yang saling mencintai terpisah, karena perbedaan identitas. Orang tak boleh bekerja di pemerintahan, karena identitasnya berbeda dengan identitas mayoritas.

Diskriminasi pun juga lahir, karena pemahaman yang salah tentang identitas. Kebijakan Apartheid di Afrika Selatan yang memisahkan orang berkulit hitam dan putih masih segar di ingatan kita. Jejak-jejak dari kebijakan tersebut masih bisa dirasakan di banyak negara. Perlakuan istimewa masih diberikan kepada orang-orang berkulit putih di berbagai negara, tanpa dasar yang masuk akal.

Mengapa perbedaan identitas begitu mudah dipelintir untuk membenarkan tindak kejahatan tertentu? Apa itu sebenarnya identitas?

Adakah sesungguhnya yang disebut dengan identitas? Ataukah kita hanya saling konflik satu sama lain, tanpa alasan yang jelas?

Identitas dan Kemelekatan

Identitas adalah label sosial yang ditempelkan kepada kita, karena kita menjadi bagian dari suatu kelompok tertentu. Ada beragam bentuk identitas yang berpijak pada kelompok tertentu, mulai dari ras, agama, suku, negara, aliran pemikiran sampai dengan gender. Kita menerima identitas kita dari tempat dan kelompok, dimana kita lahir. Identitas itu berubah, sejalan dengan meluasnya hubungan kita dengan kelompok-kelompok lainnya.

Ketegangan biasanya terjadi, karena orang merasa identitasnya dihina oleh orang lain. Orang menyamakan dirinya dengan identitas kelompoknya. Ketika kelompoknya dihina, maka ia akan juga merasa terhina. Inilah yang disebut sebagai kemelekatan pada identitas, yang menjadi akar dari banyak konflik di dunia ini.

Namun, identitas tidak hanya terkait dengan kelompok, tetapi dengan setiap label yang kita lekatkan pada diri kita masing-masing. Sejak kita lahir, kita sudah diberi nama. Kita pun menyamakan diri kita dengan nama tersebut. Kita melekatkan diri kita pada nama yang diberikan oleh orang tua kita. Ketika nama itu dihina, kita pun akan merasa terhina.

Ketika kita lahir, kita sudah langsung masuk ke dalam kelompok suku tertentu. Kita tidak bisa memilih. Kemudian, kita menyamakan diri kita dengan kelompok suku kita. Ketika kelompok suku itu dihina, kita pun merasa terhina.

Kelompok suku tertentu biasanya sudah selalu terkait dengan ras tertentu. Ras tentunya memiliki lingkup lebih luas, daripada suku. Namun, sifatnya sama, kita seringkali menyamakan diri kita dengan ras kita. Kita melekat padanya, seringkali tanpa bisa memilih.

Hal yang terjadi terkait dengan soal agama. Kita menyamakan diri kita dengan agama kita. Kita melekat pada agama yang seringkali telah dipilihkan oleh orang tua untuk kita. Kita bahkan seringkali tidak bisa memilih agama kita sendiri.

Nasionalisme adalah kesetiaan pada identitas nasional, yakni negara dan bangsa. Kita menyamakan diri kita dengan bangsa dan negara, tempat kita dilahirkan. Dalam arti ini, kita juga melekatkan diri kita pada tata politik, tempat kita dilahirkan. Ketika negara dan bangsa kita dihina, maka kita pun, sebagai pribadi, juga ikut merasa terhina.

Banyak orang juga melekatkan diri pada aliran pemikiran tertentu. Mereka menyamakan diri mereka dengan aliran berpikir tertentu, misalnya aliran progresif, nasionalis, dan sebagainya. Ketika aliran itu dikritik, maka mereka merasa, bahwa pribadi mereka pun dikritik. Kelekatan pada aliran pemikiran ini juga menciptakan konflik antar manusia.

Di era sekarang ini, banyak orang menyamakan diri mereka dengan pekerjaan mereka. Mereka biasanya adalah para profesional yang telah mendapat pendidikan di satu bidang tertentu, dan kemudian bekerja di bidang itu. Mereka begitu melekat pada profesi mereka. Ketika mereka mengalami masalah dengan pekerjaan mereka, stress dan depresi berat pun seringkali datang melanda.

Ada begitu banyak label identitas yang kita lekatkan pada diri kita. Ketika salah satu label itu bermasalah, kita menderita. Ketika salah satu label itu dihina, kita pun merasa terhina. Konflik antar manusia banyak terjadi, karena orang menyamakan dirinya begitu saja pada label identitasnya. Dengan kata lain, orang melekat pada label identitasnya.

Hakekat Identitas

Namun, apakah label identitas itu sungguh nyata? Ataukah, ia hanya label sementara yang ditempelkan kepada kita sejak kita kecil, tanpa kita punya pilihan untuk mengubahnya? Saya melihat

dua karakter dasar dari label identitas, yakni kesementaraan dan kerapuhan. Orang yang melekatkan dirinya pada identitasnya artinya ia melekatkan dirinya pada sesuatu yang sementara dan rapuh.

Identitas itu sementara, karena ia akan berubah. Konsep-konsep identitas, seperti ras, suku, agama, profesi dan aliran pemikiran, adalah ciptaan dari pikiran manusia. Orang bisa menjadi bagian dari suatu ras, suku atau agama, tetapi ia juga bisa melepaskan diri dari semua label tersebut, jika ia mau. Bahkan, karena luasnya pergaulan seseorang, ia bisa begitu saja mengubah seluruh identitasnya.

Identitas juga rapuh. Ia begitu mudah berubah. Ia amat sementara. Berbagai hal bisa mendorong orang mengubah identitasnya, atau bahkan melepasnya sama sekali.

Kemelakatan pada identitas membuat orang jadi gampang merasa terhina. Mereka gampang terprovokasi. Mereka juga gampang dipecah belah, sehingga saling berkonflik satu sama lain. Identitas juga menciptakan perbedaan-perbedaan palsu antar manusia.

Perbedaan ini begitu mudah dijadikan sebagai alasan untuk diskriminasi, konflik maupun kejahatan-kejahatan lainnya. Perbedaan ini menciptakan penderitaan batin, misalnya dalam bentuk kesepian. Padahal, sejatinya, identitas itu ilusi, karena ia amat sementara dan begitu rapuh. Dunia akan jauh lebih baik, jika orang tidak melekatkan diri pada label-label identitas yang diciptakan masyarakat.

Beberapa ahli berpendapat, bahwa akar dari konflik bukanlah perbedaan identitas, tetapi kesalahan di dalam memahami perbedaan identitas. Namun, saya berpendapat, bahwa kesalahpahaman ini tidak perlu terjadi, jika orang sudah sejak awal tidak melekatkan dirinya pada label identitas tertentu. Sejauh manusia masih melihat dirinya di dalam kotak-kotak label identitas, selama itu pula bayang-bayang konflik akan terus menghantui.

Melampaui Identitas

Jika identitas adalah sementara dan rapuh, maka sebaiknya, kita tidak menyamakan diri kita dengan identitas kita. Kita tidak boleh melekat padanya. Kita boleh menggunakannya, guna membantu orang lain. Namun, kita tidak pernah boleh terjebak di dalamnya.

Banyak orang takut untuk melepas identitasnya. Mereka berpegang begitu erat padanya, misalnya pada tradisinya, pada agamanya dan pada aliran pemikirannya. Mereka mengira, jika identitas dilepas, maka mereka akan mengalami kehampaan hidup. Inilah salah satu cara berpikir yang salah yang tersebar di masyarakat kita.

Padahal, jika kita tidak melekat pada identitas kita, kita lalu menjadi manusia merdeka. Kita tidak gampang diprovokasi. Kita pun tidak punya alasan untuk merasa terhina, ketika orang lain menghina salah satu label identitas kita. Kita tidak mudah terdorong untuk berkonflik dengan orang lain, karena alasan yang tidak masuk akal, misalnya penghinaan pada salah satu label identitas kita.

Ketika sadar, bahwa identitas kita adalah ilusi, kita pun otomatis menjaga jarak darinya. Pada titik ini, kita tidak lagi stress atau depresi, jika pekerjaan kita gagal, atau ketika agama, ras, suku, negara dan profesi kita dihina orang lain. Kita akan lebih tenang menyingkapi segala tantangan yang ada. Segala tantangan hidup pun lalu bisa dilampaui dengan ketenangan batin.

Mau sampai kapan kita jadi manusia sensitif, yang begitu cepat marah, ketika salah satu label identitas ilusif kita dihina orang lain? Mau sampai kapan kita stress, depresi dan menderita, ketika salah satu label identitas kita mengalami kegagalan, misalnya gagal dalam pekerjaan dan gagal dalam ujian? Mau sampai kapan kita diombang ambingkan oleh kesementaraan dan kerapuhan label identitas kita? Mau sampai kapan…?

Tidak Tahu

Sokrates dikenal sebagai bapak dari filsafat barat. Ia hidup sekitar 470 tahun sebelum Masehi. Ia memiliki cara berfilsafat yang unik. Ia tidak berfilsafat di kelas atau ruang-ruang tertutup lainnya, melainkan di pasar di kota Athena.

Ia berjalan berkeliling di pasar. Ia pun berteriak kepada banyak orang, "Kamu harus mengenal dirimu sendiri! Kamu sungguh harus mengenal dirimu sendiri!" Ketika ada orang bertanya kepadanya, "Hai Sokrates, apakah kamu mengenal dirimu sendiri?" Sokrates hanya menjawab, "Saya tidak tahu, namun saya tahu, bahwa saya tidak tahu!"

Bodhidharma dikenal sebagai orang yang membawa Zen Buddhisme dari India ke Cina. Di India sendiri, Buddhisme sudah berkembang dari sekitar tahun 680 sebelum Masehi. Di Cina, Buddhisme sudah ada mulai dari sekitar tahun 200 setelah Masehi. Kehadiran Bodhidharma mengundang takut sekaligus kagum dari para biksu Buddhis yang sudah ada Cina pada masa itu.

Suatu hari, Bodhidharma diundang oleh penguasa setempat untuk makan bersama. Sang penguasa bertanya, "Saya sudah membangun banyak biara Buddhis. Apa yang akan saya dapatkan?" Bodhidharma menjawab, "Tidak ada." Sang penguasa pun marah mendengar jawaban itu. Ia berkata, "Kurang ajar! Siapa kamu?" Jawab Bodhidharma, "Saya tidak tahu."

Tidak Tahu

Apa yang sama dari jawaban Sokrates dan Bodhidharma? Keduanya sama-sama mengatakan, bahwa mereka tidak tahu. Apa maksud dari jawaban ini? Apakah ini sungguh ketidaktahuan, ataukah ada maksud lain yang ingin mereka sampaikan?

Kita hidup di era, dimana semua orang merasa tahu. Ilmu pengetahuan dan filsafat merasa bisa menjelaskan tentang hakekat dari kenyataan dan kehidupan. Berbagai agama merasa bisa menjelaskan tentang hakekat Tuhan dan apa yang terjadi setelah mati. Namun, sesungguhnya, apakah mereka sungguh tahu, atau hanya mengira-ngira saja?

Ilmu pengetahuan, filsafat dan agama mengandalkan satu hal, yakni bahasa. Mereka menjelaskan segala hal dengan bahasa. Pengetahuan dan pikiran mereka dirumuskan dan disebarkan dengan menggunakan bahasa sebagai alat utamanya. Namun, mampukah bahasa menggambarkan kerumitan dari segala kenyataan yang ada? Mampukah bahasa menggambarkan pikiran manusia?

Coba kita lakukan sedikit eksperimen. Bisakah anda melukiskan dengan jelas tindakan membuka kepalan tangan? Sulit bukan? Jika untuk kegiatan sesederhana ini, bahasa sudah mengalami kesulitan, bagaimana mungkin bahasa mampu menggambarkan segala kenyataan yang ada? Bagaimana mungkin, bahasa mampu menggambarkan secara tepat isi dari pikiran manusia?

Dengan demikian, bisa dikatakan, setiap teori ilmu pengetahuan dan filsafat selalu bersifat terbatas. Keduanya tak mampu menjelaskan secara utuh apa yang ingin mereka jelaskan. Agama-agama juga tidak mampu menggambarkan secara utuh apa yang ingin mereka gambarkan. Semua penjelasan selalu bersifat terbatas, dan, pada akhirnya, salah.

Kita semua harus jujur, bahwa kita tidak tahu. Sama seperti Sokrates dan Bodhidharma, kita harus belajar untuk sadar, bahwa kita tidak tahu. Pengetahuan yang tertinggi, dalam arti ini, adalah ketidaktahuan. Jika sama-sama tidak tahu, kenapa kita bertengkar satu sama lain, dan merasa lebih benar dari orang lain? Arogansi? Kebodohan?

Ketidaktahuan adalah kondisi asali manusia. Artinya, manusia sejatinya adalah mahluk yang tidak tahu. Ketika lahir ke dunia, ia tidak

tahu. Maka, ia lalu mencoba untuk melakukan segalanya. Kita sering lihat, bagaimana anak kecil dengan ringannya mengambil kotoran di tanah, dan kemudian menjilatnya bukan?

Pikiran-Tidak-Tahu

Ketika kita hidup dengan pikiran-tidak-tahu semacam ini, kita akan menjadi terbuka pada segala kenyataan yang ada. Kita akan juga terbuka pada segala kemungkinan yang ada. Kita tidak terjebak pada kepastian-kepastian palsu. Kita juga tidak terjebak pada segala bentuk ilusi yang diajarkan oleh tradisi yang ada sebelum kita.

Ketika kita hidup dengan pikiran-tidak-tahu, kita akan menghadapi setiap keadaan apa adanya. Kita tidak dibebani dengan masa lalu yang kerap kali memberikan pengetahuan palsu. Kita juga tidak dibebani oleh harapan akan masa depan yang kerap kali hanya berupa impian semu belaka. Setiap detik adalah suatu keadaan baru dalam hidup kita.

Bagaimana supaya kita bisa mewujudkan pikiran-tidak-tahu semacam ini dalam hidup kita? Hanya ada satu cara yang mungkin, yakni berhenti berpikir. Ketika orang berpikir, ia mulai membuat pembedaan. Ia membuat kategori antara aku dan kamu, kami dan mereka. Dari pikiran, lahirlah pembedaan, dan dari pembedaan lahirlah segala bentuk kejahatan dan ketidakadilan.

Perhatikan corak masyarakat modern sekarang. Orang hidup dalam kotaknya masing-masing. Mereka merasa dirinya berbeda dengan komunitas mereka. Mereka hidup dalam kesendirian, kesepian, keterasingan dan akhirnya penderitaan.

Hasilnya adalah individualisme dan egoisme ekstrem. Orang hanya hidup untuk dirinya sendiri. Mereka hanya sibuk untuk memenuhi kepentingan dan kenikmatan mereka. Solidaritas dan komunitas hanya menjadi slogan papan iklan yang hampir tak memiliki makna.

Ini semua adalah hasil dari pikiran yang memisahkan manusia yang satu dengan manusia yang lain, dan memisahkan manusia dari

alam sekitarnya. Ketika pikiran yang memisahkan ini hilang, maka perbedaan akan hilang. Jarak akan hilang. Kita pun akan merasa satu tidak hanya dengan orang lain, tetapi juga dengan seluruh alam.

Kita tidak akan menyakiti orang lain, jika kita sadar, bahwa mereka dan kita adalah satu dan sama. Perasaan kesatuan ini adalah inti utama dari cinta. Dalam arti ini, cinta bukanlah emosi atau tindakan belaka, melainkan inti dari diri seseorang. Ketika orang sudah menjadi cinta itu sendiri, semua tindakannya akan mencerminkan cinta secara otomatis.

Bagaimana mungkin kita hidup, jika tidak berpikir? Pikiran adalah alat. Ia harus diatur dan ditata oleh manusia, dan bukan sebaliknya. Pikiran yang sebaiknya digunakan adalah pikiran ala Sokrates dan Bodhidharma, yakni pikiran-tidak-tahu.

Pikiran-tidak-tahu memecahkan masalah dengan berpijak pada masalah itu sendiri, bukan dengan ketakutan ataupun harapan palsu. Pikiran-tidak-tahu bergerak dari saat ke saat, dan tidak dibebani dengan pengetahuan palsu yang berasal dari masa lampau. Ia bersifat spontan dan alamiah. Ia melampaui bahasa dan rumusan.

Namun, pikiran-tidak-tahu tidak boleh menjadi ajaran mutlak yang baru. Ketidaktahuan bukanlah suatu keadaan mutlak, melainkan cair. Ia tidak boleh jatuh hanya pada pengetahuan intelektual belaka, melainkan harus menjadi cara hidup yang menetap menjadi kebiasaan. Yuk, mari belajar untuk menjadi tidak tahu!

Lupa

Ada satu band yang cukup menarik dari Indonesia. Nama bandnya adalah Kuburan. Mereka punya satu lagu yang cukup terkenal di Indonesia. Judulnya ”Lupa”.

Syairnya menarik perhatian saya. Begini bunyinya: ”lupa..lupa.. lupa… lupa lagi syairnya. Ingat… ingat.. ingat cuma kuncinya.” Bagaimana mungkin seorang musisi menyanyi lagu ciptaannya sendiri, tetapi lupa syairnya? Mungkin, ini mirip seperti keadaan kita sekarang ini. Kita manusia, tetapi lupa, apa artinya menjadi manusia.

Kita bekerja. Kita belajar. Kita bercinta. Kita berkeluarga. Namun, semuanya itu terjadi secara begitu saja, seringkali tanpa kesadaran, karena kita hanya mengikuti apa yang diinginkan oleh masyarakat dan keluarga kita. Kita lebih mirip robot, dan kehilangan kesadaran kita sebagai manusia.

Kelupaan Kita

Martin Heidegger, filsuf Jerman di awal abad 20, menyebut keadaan ini sebagai ”kelupaan akan ada” (*Seinsvergessenheit*). Orang sibuk mencari dan melakukan apa yang tidak penting, dan pada waktu yang sama, mereka lupa akan inti yang terpenting dari segala sesuatu. Di dalam tradisi Buddhisme, ini juga disebut sebagai keadaan ”tidak melihat” (*avidya*). Orang hidup dengan segala kesibukannya, tetapi tidak melihat apa yang sungguh penting, dan juga melupakan inti dari segala sesuatu.

Di dalam tradisi filsafat Yunani Kuno, Plato juga melihat keadaan yang sama. Ketika manusia lahir, ia melupakan segala pengetahuan yang ia punya, lalu harus mulai belajar segalanya dari awal lagi. Pendidikan, bagi Plato, adalah proses mengingat kembali (*anamnesis*)

apa yang sudah diketahui sebelumnya, namun terlupakan. Sumber dari pengetahuan itu adalah *Dunia Ide*, tempat model dan eseni dari segala sesuatu berada.

Saya juga melihat gejala yang sama. Jade Small menyebut kelupaan sebagai ciri utama dari manusia modern. Ia terjadi di semua tindakan manusia, baik secara pribadi, kolektif, kultural dan politis. Motto berikut ini mungkin bisa memberikan penjelasan: aku lupa, maka aku ada (*oblivisco ergo sum)*.

Kelupaan Multidimensional

Small juga menjelaskan, bahwa kelupaan ini terjadi di dua tingkat. Yang pertama adalah, kita lupa akan tempat kita dalam hubungan dengan alam di dunia ini. Kita lebih nyaman hidup dalam kurungan beton dan semen, daripada berhubungan langsung dengan hewan dan tumbuhan yang justru menjadi sumber kehidupan kita. Karena merasa terasing dari alam, kita pun mulai melihat alam sebagai obyek untuk kepentingan kita semata, dan akhirnya justru menghancurkannya dengan kerakusan dan kebodohan kita.

Ketika alam hancur, anak cucu kita di masa depan juga akan hidup dengan alam yang sudah rusak, akibat perbuatan kita. Artinya, kita juga melupakan tanggung jawab kita pada masa depan, yakni pada kehidupan anak cucu kita. Dengan hidup dalam keadaan lupa semacam ini, kita lupa akan keterhubungan diri kita dengan segala yang ada, dan akhirnya menderita di dalam kesepian hati.

Kita pun menolak untuk menyadari kelupaan kita. Sebaliknya, kita justru terjebak dalam hidup yang hanya berfokus pada kenikmatan sesaat semata. Kita sibuk menimbun barang, guna menutupi kekosongan hati kita, akibat kesepian dan keterputusan hubungan dengan alam. Hidup kita pun hanya berfokus pada pencarian uang semata, guna memenuhi keinginan kita akan kenikmatan sesaat semata.

Yang pertama dan terutama adalah, kita lupa akan tempat kita di alam ini. Kita tidak lagi mengerti, bagaimana hidup sejalan dan seimbang dengan alam. Kita justru melihat alam sebagai benda semata yang bisa digunakan, lalu dibuang, setelah habis terpakai. Kita lupa, bagaimana cara melihat dan memahami tanda-tanda alam, dan kehilangan hubungan dekat dengan tumbuhan dan hewan yang menjadi sumber bagi kehidupan kita.

Kita juga menyepelekan ajaran nenek moyang kita. Kita lupa akan kebijaksanaan para leluhur kita. Mereka memang tidak punya teknologi tinggi. Namun, selama ribuan tahun, mereka hidup dalam hubungan yang dekat dan seimbang dengan alam. Dan itu, menurut saya, jauh lebih berharga, daripada teknologi tinggi, seperti yang kita punya sekarang ini.

Di sisi lain, kita juga lupa akan tujuan hidup kita yang sejati. Kita hidup dalam suasana banjir informasi yang mengaburkan kejernihan pikiran kita. Kita sibuk mencari uang dan nama baik, sehingga lupa, mengapa dua hal itu penting bagi kita. Kita bahkan lupa dengan jati diri sejati kita, dan hidup justru hanya untuk mengikuti apa kata orang.

Dengan kelupaan ini, kita pun lalu hidup dalam penderitaan batin. Uang boleh banyak. Orang juga bisa memiliki nama besar. Namun, banyak diantara mereka justru amat menderita secara batiniah.

Mereka hidup dalam penjajahan masyarakat. Mereka juga diperbudak oleh ambisi mereka sendiri. Mereka lupa, bahwa manusia itu sejatinya bebas. Keterjajahan oleh aturan-aturan masyarakat dan oleh ambisi pribadilah yang membuat manusia menderita, dan akhirnya bertindak jahat pada orang lain.

Kita juga melupakan pelajaran dari sejarah kita sendiri. Kita mengulangi kesalahan yang sama berkali-kali. Konflik dan perang berulang dengan pola yang sama. Hanya pelakunya yang berbeda.

Dan yang terlebih menyedihkan, kita lupa, bagaimana caranya untuk hidup sederhana dan bermakna. Kita mempersulit segala sesuatu dengan ambisi pribadi kita. Kita menimbun harta untuk

mencari kebahagiaan, walaupun tetap kecewa di akhir perjalanan. Hidup sederhana berarti menyingkirkan segala hal yang tidak sungguh diperlukan, dan mencoba untuk fokus pada apa yang sungguh penting di dalam hidup ini.

Banyak orang lupa, karena mereka tidak tahu. Akar dari lupa adalah ketidaktahuan. Ini dengan mudah dilampaui, jika kita mau sedikit melihat dengan jeli segala hal yang ada di dalam hidup ini. Melihat sebenarnya tindakan yang amat sederhana dan membahagiakan. Namun, banyak orang lupa dengan hal ini, karena matanya tertutup oleh ambisi pribadi dan ketakutan yang dibuatnya sendiri.

Mau sampai kapan?

Menuju Saat ini

Eckhart Tolle menulis buku berjudul *Jetzt, die Kraft der Gegenwart* pada 2010 lalu. Tolle mengajak kita untuk kembali ke ”saat ini”, yakni sepenuhnya berada pada momen, dimana kita ada sekarang. Di dalam ”saat ini”, kita akan menemukan kebahagiaan, kebenaran, cinta, kedamaian, Tuhan, kebebasan. Di ”saat ini”, kita akan menemukan semua tujuan hidup kita. Ketika orang meninggalkan ”saat ini”, maka ia masuk kembali ke dalam lingkaran penderitaan, kecemasan dan ketakutan dalam hidupnya.

Jika kita berpikir secara jernih, kita akan sadar, bahwa yang ada hanyalah saat ini. Tidak ada masa lalu dan tidak ada masa depan. Masa lalu hanya merupakan kenangan. Masa depan hanya merupakan harapan. Keduanya tidak nyata.

Masa lalu memberikan identitas pada diri kita. Masa depan memberikan janji tentang hidup yang lebih baik. Namun, jika dipikirkan secara jernih dan mendalam, keduanya tidak ada. Keduanya adalah ilusi.

Banyak orang mengira, bahwa waktu adalah uang. Mereka juga mengira, bahwa waktu adalah hal yang amat berharga. Namun, sejatinya, waktu adalah ilusi. Ia tidak memiliki nilai pada dirinya sendiri.

Yang justru amat berharga, menurut Tolle, adaah ”saat ini”. ”Saat ini” adalah suatu keadaan yang lepas dari waktu. Ketika kita memikirkan waktu, berarti juga memikirkan masa lalu dan masa depan, kita akan kehilangan ”saat ini”. Kita akan kehilangan sesuatu yang amat berharga.

Banyak orang juga mengira, bahwa sukses itu ada di masa depan. Jika kita belajar dan bekerja keras saat ini, maka kita akan sukses di

masa depan. Kita akan bahagia di masa depan. Ini adalah pikiran yang salah. Ini hanya menciptakan kecemasan dan penderitaan hidup.

Sukses hidup yang sejati adalah dengan menyadari ″saat ini″. Kebahagiaan hidup yang tak akan goyah adalah dengan menyadari ″saat ini″. Orang yang kehilangan ″saat ini″ akan kembali masuk ke dalam kecemasan dan penderitaan hidup. Padahal, yang ada sejatinya hanyalah ″saat ini″. Yang lain hanya ilusi.

Orang yang pikirannya dilempar antara masa lalu dan masa depan tidak akan pernah menemukan kebahagiaan yang sejati. Sayangnya, banyak orang hidup dengan pola semacam ini. Hampir setiap detik, pikiran mereka dibuat cemas oleh apa yang telah terjadi. Mereka juga terus memutar otak untuk merencanakan masa depan.

Mereka hidup dalam tegangan. Stress dan depresi pun akhirnya menimpa mereka. Namun, ketika mereka melepaskan keterikatan pada masa lalu dan masa depan, mereka lalu bisa kembali ke ″saat ini″. Lalu, mereka akan menemukan kedamaian dan kebahagiaan yang sejati. Dengan hati yang damai dan bahagia, mereka bisa memberikan cinta dan perhatian kepada orang lain melalui tindakannya.

Berada ″disini″ juga amatlah penting. Ketika kita berada di satu tempat, kita harus berusaha untuk berada di tempat itu sepenuhnya. Namun, seringkali, karena berbagai alasan, kita tidak suka pada tempat kita berada. Ada tiga pilihan: pindah tempat, ubah situasi yang ada semampunya, atau tinggalkan tempat itu. Mudah bukan?

Berada ″disini″ berarti juga berada di ″saat ini″. Ini membutuhkan penerimaan atas apa yang ada sekarang ini. Apakah menerima berari pasrah dan menyerah pada keadaan? Apakah berarti kita menjadi pengecut?

Ketika kita menerima keadaan sepenuhnya, segala pikiran cemas dan takut lenyap. Kita lalu bisa tenang dan damai mengalami apa yang terjadi. Pada titik ini, kesadaran kita akan meningkat. Kita akan memiliki pikiran jernih untuk menanggapi apa pun yang terjadi.

Pikiran menciptakan analisis dan pemahaman. Namun, keduanya kerap berujung pada ketakutan dan kecemasan. Ketika orang hidup ”disini dan saat ini”, pikiran lenyap. Kesadaran pun muncul dan berkembang, guna menanggapi secara tepat dan jernih apa yang sedang terjadi.

Kekuatan terbesar manusia, menurut Tolle, adalah kesadarannya. Orang bisa melakukan apapun secara tepat sesuai dengan keadaan yang ada, ketika ia mampu menggunakan kesadarannya secara penuh. Jadi, rumusnya adalah: terima keadaan yang ada, lalu bertindak! Kesadaran bisa digunakan, jika orang hidup di ”saat ini”. Ia lalu bisa hidup dengan perasaan mengalir yang penuh kedamaian dan kebahagiaan, walaupun banyak tantangan menghadang.

Kehidupan adalah sebuah jaringan. Tidak ada satu hal pun di alam semesta ini yang berada sendirian. Semuanya saling terhubung satu sama lain, tanpa bisa dipisahkan. Perasaan kesepian dan sendiri hanyalah ilusi, karena sejatinya, kita tak pernah sendirian.

Segala masalah yang datang juga adalah bagian dari jaringan kehidupan ini. Semuanya berguna dan berharga, asal ditanggapi tidak melulu dengan pikiran yang analitis, tetapi juga dengan kesadaran. Pikiran untuk menganalisis digunakan seperlunya saja. Sisanya, orang perlu hidup dengan menggunakan kesadarannya.

Pikiran itu memisahkan. Ia menganalisis dan memberi penilaian baik-buruk, benar-salah, dan sebagainya. Ia adalah alat yang berguna. Namun, jika orang hidup hanya dengan menganalisis dan memisahkan, ia akan terus menderita dalam hidupnya.

Pikiran (*Gedanken*) adalah bagian dari kesadaran (*Bewusstsein*). Kesadaran lebih besar dari pikiran. Di dalam kesadaran, orang berhenti untuk menganalisis dan memisahkan. Ia hanya ada ”disini dan saat ini” dalam hubungan dengan segala sesuatu yang ada.

Orang yang bisa menemukan dan menggunakan kesadarannya tidak akan pernah merasa takut. Ia hidup tanpa penilaian baik-buruk, benar-salah dan enak-tidak enak. Ia melihat dan menerima apa yang

ada "saat ini" sepenuhnya. Ia lalu menemukan kekuatan dan kedamaian hati untuk bertindak sesuai dengan keadaan yang ada.

Orang yang hidup di "saat ini" tidak akan pernah merasa susah. Ia akan sadar, bahwa hidup tidaklah perlu terlalu ngotot. Ia sadar akan aspek santai dan lucu dari kehidupan. Bahkan, ia bisa sengaja merasa sedih, supaya bisa menikmati kesedihan itu.

Ia juga sadar, bahwa kebahagiaan dan cinta yang sejati tidak bisa dicari di luar sana. Keduanya ada di dalam hati manusia. Cinta bukanlah perasaan, melainkan cara hidup "saat ini". Ia selalu ada. Tinggal kita saja yang mencoba meraihnya.

Cinta dan kebahagiaan tidak pernah bisa hilang. Tidak ada yang bisa mengambilnya, karena ia ada di dalam hati setiap manusia. Ketika orang hidup "saat ini", maka otomatis cinta dan kebahagiaan akan muncul. Kesadaran akan "saat ini" juga menghasilkan cinta dan kejernihan pikiran dalam hidup.

Penderitaan, kecemasan dan ketakutan akan muncul, ketika orang meninggalkan "saat ini". Ketika orang mengira, bahwa masa lalu dan masa depan adalah nyata, maka ia akan terjebak di dalam penderitaan. Pikirannya sibuk. Ia akan menganalisis, memisahkan dan menilai. Ini menciptakan penderitaan.

Pikiran menciptakan penilaian. Penilaian lalu melahirkan keluhan atau pujian. Keduanya sama saja, karena keduanya tidak berakar pada "saat ini". Keduanya lahir dari penolakan pada "saat ini". Ketika keadaan menjadi sulit, ada tiga hal, entah ubah situasinya, terima atau tinggalkan. Mengeluh adalah tindakan sia-sia.

Kita harus belajar untuk hidup tanpa pikiran. Kita harus belajar untuk menunda semua analisis dan penilaian kita. Pikiran, analisis dan penilaian hanya digunakan seperlunya saja untuk keperluan praktis, misalnya memasak, bekerja, dan sebagainya. Ketika pikiran ditunda, yang muncul adalah kesadaran. Kesadaran adalah "saat ini", yakni sumber dari segala kedamaian dan kebahagiaan manusia.

Masa lalu dan masa depan hanyalah alat yang bersifat sementara. Kita perlu masa lalu, supaya kita bisa belajar dari apa yang telah terjadi. Kita juga perlu masa depan, supaya kita bisa membuat rencana kerja dan rencana hidup yang tepat. Namun, keduanya perlu ditinggalkan, ketika kita tidak lagi memerlukannya. Kita bisa meninggalkannya dengan memasuki kesadaran kita, yakni ”saat ini”.

Sejatinya, kita adalah manusia. Kita bukanlah mahluk pekerja atau mahluk berpikir. Bekerja dan berpikir hanya merupakan bagian dari diri kita. Kesadaran kita sebagai manusia lebih luas dan lebih besar daripada pekerjaan dan pikiran kita.

Banyak orang hidup hanya untuk bekerja dan berpikir. Mereka bekerja terlalu banyak. Mereka berpikir terlalu banyak. Kesadaran mereka tidak tersentuh. Mereka pun lalu hidup dalam penderitaan.

Kita juga senang sekali dengan definisi. Kita ingin memberi nama pada segala sesuatu. Memberi nama, menurut Tolle, juga berarti mengurung sesuatu itu. Memberi nama berarti juga membangun penjara.

Di dalam definisi, kita juga memberi penilaian. Kita berpikir, bahwa orang itu baik. Orang itu jahat. Hidup kita pun dipenuhi dengan definisi dan penilaian. Kita tidak akan pernah bahagia dengan cara hidup semacam ini.

Kita perlu belajar untuk menunda semua definisi dan penilaian. Kita perlu belajar untuk membiarkan apa adanya, tanpa definisi dan penilaian. Kita tidak perlu takut. Sebaliknya, tanpa definisi dan penilaian, hidup kita akan damai dan bahagia. Bukankah ini yang diinginkan semua orang?

Lalu, bagaimana jika ada orang yang sibuk menilai hidup kita? Bagaimana jika ada orang yang mendefinisikan kita melulu dengan pikiran mereka? Kita tidak perlu takut. Kita bisa menanggapi, jika diperlukan. Jika tidak, kita bisa membiarkan saja.

Orang yang menilai kita membangun penjara dalam pikiran mereka. Mereka membatasi pikiran mereka sendiri. Mereka tidak akan

bisa menemukan kedamaian dan kebahagiaan. Mereka kehilangan "saat ini". Mereka juga kehilangan kesadaran dirinya.

Dalam hubungan dengan orang lain, kita juga perlu sadar akan "saat ini". Dengan ini, kita bisa hadir sepenuhnya untuk orang lain. Kita bisa memberikan diri kita seutuhnya untuk membantu dia. Ketika kita kehilangan "saat ini", hubungan kita dengan orang lain pun dipenuhi dengan ingatan akan masa lalu serta kecemasan akan masa datang. Ini bisa merusak hubungan kita dengan orang itu.

Banyak orang sibuk mencari kebahagiaan di luar dirinya. Mereka berpikir, uang, harta dan nama baik bisa memberikan kebahagiaan. Namun, pikiran ini salah. Ia hanya menghasilkan penderitaan.

Sejatinya, menurut Tolle, setiap orang sudah penuh dan bahagia di dalam dirinya. Yang ia perlukan hanyalah kesadaran akan "saat ini". "Saat ini" akan menghasilkan kesadaran. Orang yang hidup melulu dengan pikirannya akan kehilangan kesadarannya. Ia akan hidup dalam kecemasan, ketakutan dan penderitaan.

Kita bukanlah pikiran kita. Kita bukanlah kecemasan dan ketakutan yang dihasilkan pikiran kita. Pikiran kita sementara. Ia akan segera berlalu.

Kita adalah kesadaran kita. Itu lebih besar dan lebih agung dari pikiran yang kita punya. Kesadaran kita memberikan kedamaian. Ia memberikan cinta. Ia tidak menilai dan mendefinisikan. Ia membiarkan segalanya ada dengan ketulusan hati.

Orang yang bisa menunda semua pikirannya akan mencapai pencerahan batin. Pencerahan batin berarti orang sudah paham akan hakekat dari segala yang ada, termasuk hakekat dari dirinya sendiri. Hakekat dari segala yang ada, menurut Tolle, adalah kesadaran. Kesadaran itu merawat dan membangun. Ia tidak menilai dan memisahkan.

Orang yang hidup dengan kesadarannya berarti hidup dalam keterhubungan dengan alam semesta. Ia terhubung dengan manusia lain. Ia terhubung dengan semua hewan. Ia terhubung dengan semua tumbuhan. Ia terhubung dengan semua benda yang ada.

Ia menggunakan pikirannya hanya pada saat-saat tertentu saja. Ia tidak melihat dirinya sama dengan pikirannya. Ia melihat dirinya lebih besar dari pikirannya. Ia akan mampu hidup dalam aliran yang alamiah dalam hubungan dengan orang lain.

Pikiran membuat orang tak mampu mencintai sepenuhnya. Sebaliknya, kesadaran "saat ini" sejatinya adalah cinta tanpa syarat. Ia memberikan tanpa mengharap apapun. Ia tidak mengikat dan memenjara, melainkan merawat dan membiarkan berkembang.

Dengan kesadarannya akan "saat ini", orang bisa hidup secara alamiah. Artinya, ia tidak melawan kehidupan, melainkan mengalir bersama kehidupan itu sendiri. Ia tidak sibuk menilai, apakah sesuatu itu baik atau buruk, benar atau salah. Jika orang sampai pada kesadaran akan "saat ini", tidak ada tegangan dan penderitaan lagi dalam hidupnya.

Apapun yang kita lawan pasti akan menguat. Apapun yang kita tentang dan tolak justru semakin menguasai kita. Sebaliknya, jika kita membiarkan segala sesuatu ada secara alamiah, justru kita akan tidak akan mengalami tegangan dan pertentangan. Jika kita tidak menolak apapun, maka kita akan bisa mencapai kejernihan pikiran dan kedamaian hati.

Kita juga sering melihat orang-orang yang suka menjajah orang lain. Mereka ingin dipatuhi. Mereka kerap sekali bersembunyi di balik agama. Mereka juga suka memanfaatkan orang lain, guna memuaskan diri mereka.

Menurut Tolle, orang-orang semacam ini hidup dalam penderitaan yang besar. Mereka lemah dan menderita, maka mereka menindas orang lain. Harapannya, dengan menindas orang lain, penderitaan mereka berkurang. Namun, ini tak akan pernah terjadi.

Banyak juga orang yang mengalami kecanduan. Mereka kecanduan narkoba, alkohol, seks, belanja dan sebagainya. Mereka seolah tidak dapat hidup, jika tidak memuaskan kecanduannya. Kecanduan berakar pada penderitaan dan berakhir pada penderitaan juga, jika dipuaskan.

Akar dari kecanduan adalah ketidakmampuan untuk hidup di "saat ini". Orang menjadi kecanduan untuk mengobati luka, akibat masa lalunya. Orang menjadi kecanduan, karena ia cemas akan masa depannya. Ketika ia melepaskan masa lalu dan masa depannya, ia lalu bisa memasuki kesadaran akan "saat ini". Di detik itu, kecanduannya hilang.

Banyak orang juga mencari Tuhan di luar dirinya. Ini salah. Tuhan ada di dalam hati setiap orang. Tuhan ada di dalam kesadaran setiap orang. Tuhan ada di "saat ini".

Segala ritual dan aturan agama hanya ada untuk membantu kita menemukan Tuhan di dalam hati kita. Itu semua hanya alat. Ia tidak boleh menjadi tujuan utama. Di dalam kesadaran akan "saat ini", kita akan menemukan surga, nirvana, Tuhan dan kebahagiaan yang sejati.

Ketika kita sadar sepenuhnya akan "saat ini", kita akan berhenti berpikir. Kita berhenti menilai. Kita berhenti cemas akan masa lalu dan masa depan. Kita akan sepenuhnya sadar.

Pada keadaan itu, kita akan menjadi cinta itu sendiri. Cinta sejati itu seperti matahari. Ia bersinar untuk semua, tanpa kecuali. Cinta yang sejati diberikan untuk semua, tanpa kecuali.

Cinta yang sejati dapat diperoleh, jika orang hidup di "saat ini". Cinta sejati berakar pada kesadaran. Ia tidak dapat hilang. Ia tidak dapat diambil.

Orang yang hidup di "saat ini" berarti hidup secara asli. Ia tidak memiliki kepura-puraan. Ia tidak memiliki kemunafikan. Ia tidak takut akan penilaian dan definisi dari orang lain. Ia sepenuhnya bebas dan damai. Lalu, ia bisa memberikan kedamaian dan cinta pada orang lain dengan tulus.

Banyak orang juga berusaha mencari kebahagiaan. Namun, sejatinya, kebahagiaan tidak bisa dicari. Orang yang mencari kebahagiaan justru tidak akan pernah menemukan kebahagiaan. Kebahagiaan hanya muncul, jika orang hidup dengan kesadaran akan "saat ini". Kesadaran

ini sudah ada di dalam diri manusia. Ia tidak akan bisa hancur, atau diambil orang lain.

Dunia adalah cerminan dari kesadaran. Sejatinya, tidak ada perbedaan antara kesadaran dan dunia. Keduanya adalah satu dan sama. Pikiran dan bahasa yang memisahkan keduanya.

Namun, banyak orang lupa dengan kesadarannya. Mereka sibuk dengan pikirannya. Mereka sibuk menganalisis, menebak, merencanakan dan mengkhawatirkan segalanya. Ketika pikiran ditunda dan dihentikan, kesadaran muncul, yakni kesadaran "saat ini". Jika kesadaran dicapai, maka dunia tidak lagi memiliki masalah dan penderitaan.

Lalu, apakan pikiran harus dibuang? Apakah kita harus berhenti berpikir? Berhenti berpikir, menurut Tolle, tidaklah mungkin dilakukan. Berpikir adalah bagian dari kodrat manusia.

Namun, pikiran tidak boleh menguasai manusia. Manusia adalah kesadarannya. Ini lebih luas dari pikiran. Pikiran digunakan seperlunya saja untuk memenuhi kebutuhan praktis. Selebihnya, orang perlu belajar untuk hidup dengan kesadaran akan "saat ini". Ia lalu akan menemukan kebebasan yang sejati.

Sekarang ini, kita, sebagai manusia, harus mengubah cara hidup kita. Kita harus melakukan revolusi hidup! Kita harus belajar untuk menjaga jarak dari pikiran kita. Kita lalu harus belajar untuk hidup dengan kesadaran akan "saat ini" di dalam diri kita. Hanya dengan ini, kita bisa hidup dalam hubungan yang damai dengan segala hal yang ada. Alternatifnya adalah kehancuran.

Mobilitas

Siapa yang tidak kenal BMW? Atau VW, Volkswagen? Siapa juga yang tidak pernah mendengar merk mobil Audi? Ini adalah merk-merk mobil Jerman yang sudah memiliki reputasi internasional.

Mobil-mobil Jerman memang terkenal karena tiga hal, yakni kualitas, prestise dan harganya yang mahal. Perusahaan-perusahaan mobil di Jerman, mulai dari tingkat perakitan struktur kaki mobil sampai dengan direktur utama, memang amat menekankan ketepatan, guna menghasilkan mobil bermutu tinggi. Namun, mereka juga tidak kebal terhadap iklim persaingan ekonomi global, terutama dari AS, Jepang dan Cina. Dalam banyak hal, perusahaan-perusahaan mobil Jerman pun harus melakukan kompromi, bahkan seringkali menurunkan kualitas, supaya bisa menjual dengan harga yang lebih murah.

Jerman dan Mobilnya

Ekonomi Jerman hancur total setelah perang dunia kedua. Pada 1945, politik Jerman juga lumpuh total. Orang-orang Jerman bisa hidup, karena semata menerima bantuan dari tentara Sekutu (Inggris, AS, Prancis dan Uni Soviet). Kebangkitan ekonomi Jerman ditandai dengan berkembangya Volkswagen sebagai salah satu produsen mobil bermutu di dunia. Jenis mobil yang paling terkenal pada dekade 1950-an di dunia adalah VW Kodok (*Volkswagen Käffer*).

Mobil ini telah menyelamatkan Jerman dari keterpurukan ekonomi berkelanjutan. Tidak hanya itu, mobil VW kodok juga telah menjadi ciri khas Jerman setelah perang dunia kedua. Ia menawarkan fungsi sekaligus prestise bagi penggunanya. Tentu saja, kualitasnya juga tidak perlu dipertanyakan.

Kebangkitan ekonomi Jerman juga diikuti dengan kebangkitan berbagai perusahaan mobil lainnya, seperti Audi dan BMW. Pabrik-pabrik mobil di Jerman, dan berbagai industri pendukungnya, seperti industri ban, *shock breaker* dan sebagainya, menyediakan lapangan kerja bagi jutaan penduduk Jerman. Banyak tenaga ahli pun didatangkan dari luar negeri, guna mengembangkan teknologi di dalam pabrik-pabrik ini. Pajak yang ditarik dari perusahaan-perusahaan mobil Jerman juga amat besar.

Mengapa Jerman memilih mengembangkan industri mobil setelah perang dunia kedua? Ada dua hal. Yang pertama, menurut Lars Döhmann dalam kuliahnya yang berjudul *Schlaglichter auf die deutsche Automobilgeschichte*, adalah ketersediaan sarana dan prasarana untuk industri mobil. Sebelum perang dunia kedua, Jerman sudah berusaha dengan gigih mengembangkan teknologi untuk produksi mobil massal.

Yang kedua, para politikus Jerman sudah sadar, bahwa di masa depan, banyak orang akan melakukan mobilitas dengan tingkat yang semakin sering dan tinggi. Mobilitas adalah gerak perpindahan manusia, dan mobil adalah alat utama untuk menunjang pergerakan semacam ini. Motif utamanya sudah jelas, yakni ada uang yang besar di dalam perkembangan industri mobil. Begitulah pendapat Lutz Fügener dalam kuliahnya yang berjudul *Automobildesign der Zukunft*.

Mobilitas Manusia

Perkiraan para politikus Jerman setelah perang dunia kedua ternyata benar. Mobilitas memang menjadi fakta nyata dunia sekarang ini. Pergerakan manusia dari satu tempat ke tempat lainnya terjadi dalam jumlah yang amat besar setiap harinya. Alat transportasi publik dan transportasi pribadi dikembangkan sedemikian rupa, sehingga bisa menunjang pergerakan manusia tersebut.

Jerman adalah salah satu negara yang cukup berhasil mencapai keseimbangan mobilitas tersebut. Sarana transportasi publik di Jerman,

dengan perpaduan antara kereta bawah tanah, tram, bus umum, taksi, pesawat terbang dan jaringan kereta api raksasa yang terhubung dengan hampir semua negara di Eropa, bisa dibilang salah satu yang termaju di dunia. Di sisi lain, jumlah jalan tol dan pengguna mobil terus meningkat. Ada sekitar 45 juta mobil yang digunakan di Jerman sekarang ini. Jumlah penduduk Jerman sendiri sekarang ini sekitar 81 juta penduduk.

Mobilitas juga sudah menjadi fakta nyata di tingkat internasional. Pergerakan manusia antar negara dan antar benua sudah menjadi fakta sehari-hari. Berbagai kepentingan ekonomi, politik, seni dan budaya bergantung pada pergerakan manusia (mobilitas) ini. Perkembangan industri transportasi dan komunikasi membuat jarak menjadi tak lagi berarti.

Sahabat saya di Munich tinggal sendiri untuk meneruskan pendidikan Masternya. Ibunya adalah seorang dokter di Inggris. Adiknya sedang belajar di Amerika Serikat. Sementara, ayahnya kini bekerja sebagai peneliti neurosains di Australia.

Minimal dua kali dalam setahun, mereka berkumpul. Seringkali, mereka juga saling mengunjungi satu sama lain. Keluarga ini bergerak melintasi tiga benua setiap tahunnya. Masih banyak keluarga lain yang memiliki pola serupa semacam ini.

Perkembangan ekonomi dunia juga amat tergantung pada mobilitas penduduknya. Dengan mobilitas yang baik, kekayaan pun bisa bergerak ke berbagai penjuru dunia. Industri pariwisata dan transportasi berkembang pesat sejalan dengan perkembangan mobilitas manusia. Jika keseimbangan antara mobilitas dengan menggunakan alat transportasi pribadi dan transportasi publik bisa dicapai, maka kemiskinan di berbagai negara bisa secara perlahan dikikis.

Perkembangan mobilitas juga mendorong proses defundamentalisasi. Artinya, orang menjadi semakin terbuka pandangannya, karena sering berhubungan dengan orang-orang lainnya dari berbagai penjuru dunia yang memiliki pandangan berbeda. Orang tidak lagi menjadi

sempit dan fanatik dengan pandangannya sendiri, atau pandangan kelompoknya. Terorisme yang berpijak pada fundamentalisme banyak berkembang di tempat-tempat dengan mobilitas penduduk yang kecil.

Mobilitas yang tinggi juga mengubah bentuk masyarakat. Kita hampir tidak dapat menemukan masyarakan yang homogen sekarang ini. Seluruh dunia hampir sepenuhnya berubah menjadi ruang multikultur. Konsep identitas pun juga mengalami perubahan mendasar yang akhirnya mendorong juga perubahan cara berpikir dan cara hidup manusia sebagai keseluruhan.

Tantangan dan Kemungkinan

Saya sendiri berpendapat, bahwa mobilitas manusia bisa semakin ditingkatkan kuantitas dan kualitasnya, jika kita tidak lagi berfokus pada perkembangan mobil sebagai alat transportasi pribadi. Yang harus menjadi perhatian kita adalah teleportasi, yakni perpindahan manusia dari satu tempat ke tempat lainnya dalam hitungan detik dengan memanfaatkan teknologi manipulasi ruang dan waktu yang menciptakan semacam lubang cacing. Secara teoritik, ini mungkin dilakukan, walaupun beberapa persamaan matematisnya masih harus terus dipikirkan. Namun, investasi besar yang dilakukan secara internasional harus terus dilakukan, supaya teknologi teleportasi bisa sungguh menjadi kenyataan.

Tentu saja, transportasi publik juga harus dikembangkan. Yang menjadi masalah dengan transportasi publik dan transportasi pribadi sekarang ini adalah soal kelestarian lingkungan hidup. Semua alat transportasi menghasilkan pembakaran yang secara langsung mencemari udara yang tidak hanya dihirup oleh manusia, tetapi juga oleh hewan dan tumbuhan. Sudah bukan rahasia lagi, bahwa perkembangan teknologi (pabrik, transportasi) telah mendorong perubahan iklim yang mengakibatkan kepunahan berbagai jenis hewan dan tumbuhan di berbagai belahan dunia.

Soal kedua adalah soal energi. Setiap jenis pabrik dan alat transportasi selalu membutuhkan energi. Masyarakat modern bergantung sepenuhnya pada ketersediaan energi. Namun, elemen penghasil energi tersebut sebagian besar masih berpijak pada energi tak terbarukan, seperti minyak bumi dan batu bara. Jika sumber energi ini habis, maka masyarakat modern, beserta segala perkembangan teknologinya, akan lumpuh total.

Banyak ahli berusaha mencari cara untuk menghemat energi. Perusahaan-perusahaan mobil raksasa, seperti Toyota, BMW dan VW, berlomba-lomba untuk menghasilkan dan menjual mobil yang hemat energi dengan harga terjangkau. Namun, usaha ini tidak menyelesaikan masalah. Ada dua alasan.

Yang pertama, jumlah energi yang dibutuhkan untuk menghasilkan mesin-mesin hemat energi masih amatlah besar. Jumlah energi yang dibutuhkan untuk membangun sarana dan prasarana untuk menunjang mesin hemat energi (atau misalnya mobil listrik) juga masih amat besar. Yang kedua, jika mobil hemat energi (atau mobil listrik) dijual dengan harga terjangkau, maka penggunanya semakin banyak. Pada akhirnya, jumlah total energi yang dibutuhkan dan polusi yang dihasilkan akan lebih besar dari sebelumnya.

Di sisi lain, pencarian energi terbarukan juga masih terus berjalan. Perkembangannya amat lambat, karena kurangnya perhatian dan investasi dalam bidang ini. Lobi-lobi dari perusahaan minyak raksasa juga menghambat perkembangan di bidang ini. Sampai detik ini, seluruh peradaban modern di dunia masih bergantung mayoritas pada minyak bumi, dan berbagai sumber energi tak terbarukan lainnya.

Perubahan

Yang jelas, gaya hidup manusia modern, dengan tingkat mobilitas yang begitu tinggi, penggunaan energi yang begitu besar ditambah dengan jumlah polusi yang dihasilkan, tidak lagi dapat dipertahankan.

Mobil pribadi tidak lagi pas untuk hidup kita. Transportasi publik dan sepeda menjadi alternatif yang menarik, jika sarana dan prasarananya juga dikembangkan. Investasi dan penelitian untuk menggunakan teknologi teleportasi juga harus ditingkatkan.

Kita di Indonesia masih harus terus berjuang untuk membangun jaringan transportasi publik yang aman dan nyaman. Ini jelas harus menjadi prioritas utama kita. Penggunaan kendaraan pribadi, dari tinjauan ekonomi dan dampak lingkungan, tidak lagi dapat dibenarkan. Sebagai pribadi, kita perlu mencari alternatif dari penggunaan mobil dan motor pribadi. Sebagai kelompok, kita harus menekan agenda pembangunan transportasi publik ke pemerintah kita.

Jika mobil dan motor pribadi tidak lagi digunakan, atau dikurangi penggunaannya, lalu bagaimana dengan para pekerja di pabrik-pabrik otomotif tersebut? Persoalan ini tentu harus ditemukan jawabannya. Para pekerja otomatif tersebut bisa dialihkan sebagai pekerja pembangunan dan perawatan jaringan transportasi publik raksasa yang akan dibangun. Mereka juga nantinya bisa dialihkan untuk pembangunan dan perawatan jaringan teleportasi, jika teknologinya sudah menjadi kenyataan.

Mobilitas juga membutuhkan perubahan. Mobil tidak lagi bisa menjadi sarana utama untuk mobilitas. Bahkan, pola mobilitas manusia sekarang ini tidak lagi dapat dipertahankan. Perubahan jelas adalah sesuatu yang amat diperlukan.

Namun, kita seringkali takut pada perubahan. Kita ingin segalanya tetap sama, jika keadaan ini sudah menguntungkan kita. Namun, hidup tidak akan pernah sama. Kodrat manusia adalah untuk berubah dan terus bergerak sepanjang hidupnya. Kita bisa memilih alternatif lainnya, yakni menyingkir sama sekali dari gerak kehidupan. Tentu saja, saya tidak ingin menyarankan itu.

Paradoks

Hidup manusia modern ditandai dengan satu ciri, yakni ketakutan. Di satu sisi, mereka hidup dengan menata masa depan. Mereka takut, jika masa depan mereka kacau, dan hidup mereka pun kacau. Di sisi lain, mereka takut akan masa lalu, karena telah melakukan sesuatu yang mereka sesali.

Rasa takut membuat pikiran kacau. Pertimbangan menjadi kacau. Banyak keputusan pun dibuat dengan kekacauan pikiran. Akhirnya, keputusan-keputusan itu justru menciptakan masalah yang lebih besar.

Pada tingkat politik, dampak keputusan yang salah amatlah merugikan. Banyak orang menderita, karena kesalahan kebijakan yang dibuat pemerintah. Sayangnya, banyak kebijakan tersebut dibuat atas dasar rasa takut akan masa depan. Rasa takut mengaburkan kejernihan berpikir, dan memperbesar masalah yang sudah ada sebelumnya.

Rasa takut juga menciptakan penderitaan batin yang besar. Banyak orang terjebak di dalam depresi, karena rasa takut yang berlebihan. Banyak orang jatuh ke dalam ketergantungan narkoba, karena penderitaan batin dan rasa takut di dalam hati mereka. Orang yang menderita cenderung kejam tidak hanya pada dirinya sendiri, tetapi juga pada orang lain.

Ketakutan dan Kehidupan

Dari mana akar ketakutan semacam ini? Saya melihat, akar ketakutan terletak pada kegagalan memahami arti hidup sesungguhnya. Artinya, ketakutan lahir, ketika orang gagal memahami kenyataan apa adanya. Ia melihat dunia hanya semata dengan pikiran dan perasaannya, yang seringkali jauh dari kebenaran.

Apa arti dari hidup sesungguhnya? Apa hukum-hukum yang menggerakkan segala yang ada? Saya menyebutnya sebagai hukum

paradoks, karena sejatinya, kenyataan ini adalah paradoks. Segala kebenaran yang ada di muka bumi ini selalu mengambil bentuk paradoks.

Paradoks adalah dua hal yang berbeda, tetapi benar dalam keutuhannya. Ia menolak untuk membagi dunia ke dalam kelompok-kelompok. Paradoks memberi ruang untuk ketidakmasukakalan. Ia melihat segala yang bertentangan sebagai sama dan utuh di dalam kebenarannya. Inilah hukum yang mengendalikan seluruh kenyataan yang ada.

Tujuh Paradoks

Dampak dari paradoks semacam ini amat nyata di dalam kehidupan manusia. Saya merumuskan tujuh bentuk paradoks. Pandangan ini tersebar begitu luas di dalam pemikiran Barat maupun Timur. Ia telah berkembang dan diwariskan melalui berbagai cara, namun kini seolah terpinggirkan oleh kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan yang mendewakan akal budi.

Paradoks pertama adalah paradoks rasa sakit. Banyak orang menghindari rasa sakit. Mereka takut akan rasa sakit. Berbagai cara dilakukan, mulai dari yang masuk akal sampai dengan yang mistik, untuk menghindari rasa sakit.

Padahal, rasa takut akan rasa sakit adalah rasa sakit itu sendiri. Usaha untuk menghindari rasa sakit akan menghasilkan rasa sakit itu sendiri. Ketika orang berusaha untuk menghindari rasa sakit, maka rasa sakit itu akan bertambah. Inilah paradoks pertama dari kehidupan, yakni paradoks rasa sakit.

Paradoks kedua adalah paradoks kedamaian. Banyak orang berusaha mencari kedamaian dalam hidupnya. Banyak yang melihat agama sebagai jalan menuju kedamaian. Banyak pula yang mencari jalan lain, guna memperoleh kedamaian di dalam hatinya.

Namun, keinginan untuk merasa damai justru menciptakan perasaan tidak damai. Segala upaya untuk mencapai kedamaian hanya

akan menghasilkan ketegangan. Ketegangan itulah yang menjadi akar dari rasa tidak damai. Inilah inti dari paradoks kedamaian.

Paradoks ketiga adalah paradoks keberanian. Banyak orang menghindari rasa takutnya. Mereka mencari berbagai cara, supaya bisa melampaui rasa takutnya. Mereka bekerja keras untuk menemukan keberanian di dalam hidupnya.

Padahal, keinginan untuk berani adalah tanda dari ketakutan. Semakin kita ingin berani, semakin ketakutan akan mencekam hidup kita. Orang yang mencari segala cara untuk melampaui ketakutannya justru akan selamanya dijajah oleh rasa takut di dalam hatinya. Inilah paradoks keberanian.

Paradoks keempat adalah paradoks memberi. Banyak orang takut memberi, karena mereka takut kehilangan. Akhirnya, mereka menjadi pelit. Mereka menutup diri dari dunia, dan hidup semata untuk dirinya sendiri.

Padahal, di dalam hidup ini, semakin banyak kita melepas, semakin banyak kita mendapat. Orang harus keluar uang, guna mendapat uang. Orang harus memberi, guna mendapat. Orang harus melepaskan keinginan untuk damai, jika ingin memperoleh kedamaian di dalam hidup.

Apakah anda pernah berenang? Mereka yang berenang pasti sadar, bahwa mereka harus tenang, supaya bisa mengambang di air. Semakin kita melawan arus, semakin kita akan celaka, karena tekanan arus tersebut. Namun, sebaliknya, semakin kita pasrah pada arus, semakin kita akan mengambang di atas air, sehingga bisa bertahan hidup. Inilah paradoks kelima, yakni paradoks menyelam-mengambang.

Para ahli manajemen abad 21 sadar akan paradoks keenam, yakni paradoks manajemen. Semakin kita mengontrol orang dengan ketat, semakin semuanya kacau. Namun, semakin kita memberikan ruang kebebasan di dalam manajemen, maka produktivitas dan kebahagiaan perusahaan akan meningkat. Kontrol yang keras akan menghasilkan kebencian dari pihak yang dikontrol.

Manajemen itu sejatinya seperti musik jazz. Ia tidak perlu ketukan yang terkontrol rapat. Ia tidak perlu nada yang pasti yang diatur secara ketat. Yang ia perlukan adalah struktur yang dapat dipercaya, dan kebebasan untuk bergerak di dalam struktur itu.

Paradoks ketujuh adalah paradoks pengetahuan. Banyak orang mencari pengetahuan di dalam hidupnya. Mereka pergi ke sekolah dan perguruan tinggi ternama. Mereka mencari pengetahuan di negara lain, jauh dari tanah air mereka.

Padahal, pengetahuan yang sesungguhnya bisa dicapai, jika kita berhenti dan berdiam diri. Pengetahuan yang sejati tidak berada di luar diri kita, melainkan di dalam diri kita. Ketika bergerak dan berbicara, kita justru akan terlepas dari pengetahuan yang sejati. Kita lalu hanya akan terjebak di dalam jutaan pendapat yang mayoritas adalah omong kosong.

Saat ke Saat

Bagaimana kita bisa hidup dengan segala paradoks ini? Paradoks ini, pada hemat saya, adalah hukum yang menata segala yang ada. Ia adalah aturan-aturan kehidupan. Orang yang mengikutinya akan menemukan kedamaian dan kepenuhan hidup. Orang yang melawannya akan terjebak di dalam penderitaan tanpa henti.

Hidup di dalam paradoks berarti hidup sesuai dengan kenyataan yang ada. Kita melepas semua ambisi dan ketakutan kita. Kita hidup secara alamiah mengikuti hukum-hukum kenyataan yang ada. Kita tidak melawan alam, melainkan hidup berdampingan dengan alam seturut dengan hukum-hukumnya.

Artinya lalu, kita hidup dari saat ke saat. Belajar dari pengalaman masa lalu boleh dilakukan, tetapi tidak pernah boleh melupakan keadaan disini dan saat ini. Membuat rencana tentu saja boleh, asal tetap berjangkar pada keadaan disini dan saat ini. Yang ada hanyalah saat ini. Masa lalu dan masa depan tidaklah ada.

Ketika kita tidak ngotot, semuanya akan tampak jelas. Ketika kita jernih, keberanian dan kedamaian otomatis akan datang. Ketika kita diam dan melihat ke dalam diri, maka kita akan mengetahui segalanya. Sederhana, tetapi begitu banyak orang melupakannya. Sayang sekali.

Memegang dan Melepas

Peristiwa jatuhnya salah satu pesawat Germanwings menggetarkan hati banyak orang. Pesawat tersebut telah diperiksa sebelumnya. Tidak ada masalah. Kru yang bekerja menerbangkan pesawat tersebut pun adalah kru profesional yang memiliki reputasi baik.

Namun, tiba-tiba, pesawat menukik ke bawah, dan menghantam tanah. Ratusan orang dari berbagai negara meninggal dalam sekejap mata. Banyak penjelasan dijabarkan, mengapa peristiwa ini terjadi. Namun, semua penjelasan tampak percuma di hadapan anggota keluarga dari korban yang meninggal dunia.

Musibah semacam ini juga tidak asing bagi kita yang tinggal di Asia. Beberapa waktu yang lalu, pesawat Malaysian Airlines dan Air Asia juga mengalami musibah yang sama. Ratusan orang meninggal dunia dalam sekejap mata. Bagaimana kita harus bersikap di dalam menanggapi tragedi yang nyaris tanpa makna ini?

Mengatur Alam

Tragedi adalah bagian dari hidup manusia. Ia disebut sebagai tragedi, karena peristiwa ini menciptakan penderitaan dan kesedihan yang amat dalam bagi banyak orang. Peristiwa ini juga menyadarkan kita, bahwa hidup kita ini pendek dan rapuh. Namun, peristiwa ini juga bisa menjadi saat yang baik untuk belajar, sehingga tidak mengulangi kesalahan yang sama di masa depan.

Manusia memiliki akal budi. Dengan akal budinya, ia bisa mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi, guna mengatur alam untuk memenuhi kebutuhannya. Ia bisa menciptakan peradaban dengan pencapaian-pencapaian yang luar biasa, seperti perkembangan pertanian, kedokteran, sastra, seni, politik dan sebagainya. Dengan akal budinya pula, ia berusaha memahami dirinya sendiri dalam hubungannya dengan alam.

Francis Bacon, filsuf asal Inggris, pernah menegaskan, bahwa pengetahuan adalah kekuatan. Dengan memahami alam, manusia bisa menggunakan alam untuk kepentingannya. Bacon sebenarnya hanya mengulang apa yang dikatakan Chung Tzu, filsuf asal Cina, 1000 tahun sebelumnya. Manusia hanya bisa mengatur alam, jika ia paham dan mengikuti hukum-hukum alam tersebut.

Jika kita melawan alam, maka kita akan hancur. Filsafat, ilmu pengetahuan dan teknologi adalah beragam cara untuk memahami alam. Peradaban berkembang dari usaha manusia untuk mengatur alam dengan menaati hukum-hukum alam itu sendiri. Kontrol atas alam ini berarti manusia berusaha untuk ”memegang” alam ke dalam genggamannya.

Alam yang Elusif

Namun, alam itu selalu lebih besar dari manusia. Alam tidak pernah bisa sepenuhnya dipahami oleh manusia. Akal budi dan kemampuan manusia terlalu kecil untuk memahami dan ”memegang” alam ke dalam tangannya. Inilah paradoks dasar dari filsafat, ilmu pengetahuan dan teknologi, yakni mereka berusaha untuk memahami apa sesungguhnya tak terpahami.

Di titik batas ini, ketika kita tidak bisa lagi memahami, kita perlu melepas akal budi kita. Kita perlu sadar sepenuhnya, bahwa kita hanyalah titik kecil di tengah jagad semesta yang luas, nyaris tak terkira. Kita perlu berusaha sampai pada satu titik, dimana kita harus melepaskan usaha kita.

Untuk mengontrol alam, manusia membutuhkan akal budi. Untuk melepas alam, manusia memerlukan kebijaksanaan. Inilah yang sekarang ini kurang di dunia kita. Kita ingin mengontrol segala sesuatu, tetapi kita tidak pernah siap untuk melepaskan.

Bagaimana kita bisa memiliki kebijaksanaan untuk melepaskan? Kita perlu sadar, bahwa segala hal di dunia ini sementara. Ia ada dan

kemudian dengan berjalannya waktu, ia menghilang. Hal ini berlaku untuk segala sesuatu, mulai dari karir, keluarga, harapan, kekecewaan dan kehidupan itu sendiri. Semua ada dan akan berlalu.

Plato, filsuf Yunani Kuno, juga sudah menegaskan, bahwa tubuh adalah penjara bagi jiwa. Tubuh itu hanya seperti kendaraan yang mengantar manusia ke berbagai ruang. Namun, ia menghalangi jiwa manusia untuk sampai pada pengetahuan sejati. Tubuh manusia akan sakit, menua dan akhirnya mati.

Namun, jiwa manusia tidak pernah lahir, dan juga tidak akan pernah akan mati. Ia selalu ada. Tubuh dan segala yang ada hanyalah kesementaraan yang bersifat kosong. Semuanya adalah ilusi yang tampak bagi indra kita. Begitulah ajaran Buddhisme Hinayana yang berkembang di Asia Tenggara.

Memegang dan Melepas

Maka dari itu, kita, sebagai manusia, harus hidup di antara sikap memegang dan melepas. Kita perlu mengatur alam, sambil belajar untuk melepasnya. Kita perlu menata hidup kita, sambil terus sadar, bahwa ini pun akan segera berlalu. Kita harus hidup dengan sepenuh hati, sambil terus sadar, bahwa tubuh kita semua akan menjadi bangkai dan debu pada akhirnya nanti.

Hidup dengan kesadaran ini berarti hidup sejalan dengan alam. Hidup sejalan dengan alam berarti hidup seirama dengan hukum-hukum alam. Kita tidak lagi memaksakan ambisi kita di dalam kehidupan. Kita mengatur diri kita dan alam sekitar kita dengan kesadaran penuh, bahwa semuanya perlu dilepas pada akhirnya nanti.

Jerman boleh terkenal dengan teknologinya. Eropa boleh terkenal dengan ilmu pengetahuannya. Namun, di hadapan alam, semuanya hampir tak ada artinya. Pelajaran terpenting di dunia ini adalah belajar untuk melepas, ketika waktunya melepas. Inilah yang tak diajarkan di dalam ilmu pengetahuan dan teknologi…

Kebebasan dari Pendapat

Kita tentu ingin bisa bebas berpendapat. Kita ingin menyuarakan pendapat kita, tanpa rasa takut. Kita pun berjuang untuk mewujudkan kebebasan berpendapat di masyarakat kita. Dalam hal ini, kita harus melawan kesempitan berpikir yang kerap melekat pada agama dan tradisi masyarakat kita.

Kebebasan berpendapat berpijak pada kebebasan berpikir. Kita ingin berpikir sesuai dengan kehendak dan kebutuhan kita. Kita tak ingin orang lain melarang kita untuk berpikir. Kebebasan berpikir dan berpendapat telah menjadi bagian dari perjuangan hak-hak sipil di berbagai negara.

Namun, seringkali, kita menggunakan kebebasan berpikir dan berpendapat untuk menghina orang lain. Kita merasa, bahwa kita punya hak dan kebebasan untuk menyakiti orang lain dengan pendapat kita. Kaum mayoritas merasa punya hak menghina yang minoritas. Mereka merasa, bahwa itu adalah bagian dari demokrasi.

Mengapa kebebasan berpikir dan berpendapat digunakan untuk saling menghina? Mengapa kebebasan seringkali dipelintir untuk tujuan-tujuan yang menyakiti orang lain? Ini terjadi, karena kebebasan kita masih dangkal. Kebebasan berpendapat dan berpikir, tanpa kesadaran akan *kekosongan* dari pikiran dan pendapat kita, hanya akan mendorong perpecahan dan penderitaan.

Pikiran

Untuk bisa sungguh bebas berpikir, kita perlu memahami hakekat dari pikiran kita. Apa itu pikiran? Pikiran adalah aktivitas mental manusia yang berpijak pada kesadarannya. Jadi, pikiran berbeda

dengan kesadaran. Aktivitas mental ini terjadi, karena hubungan dengan dunia luar.

Banyak penelitian dijalankan untuk memahami arti kesadaran, terutama dalam hubungan dengan otak. Namun, sampai sekarang, belum ada definisi yang cukup diterima secara umum tentang kesadaran. Di dalam tradisi filsafat Timur, kesadaran manusia sama dengan kesadaran semesta, dan kesadaran segala yang ada. Segala hal terhubung dalam jaringan kesadaran raksasa seluas semesta itu sendiri.

Di dalam diri manusia, kesadaran lalu melahirkan pikiran. Pikiran berguna bagi manusia untuk memempertahankan dirinya. Untuk itulah ilmu pengetahuan dan teknologi dilahirkan. Pikiran manusia juga menciptakan konsep dan bahasa yang berguna untuk memahami segala sesuatu. Dalam arti ini, dapatlah dikatakan, bahwa pikiran menciptakan segalanya yang diketahui manusia.

Namun, pikiran manusia juga memiliki kelemahan. Sejatinya, ia bersifat kosong, sementara dan tidak pasti. Pikiran manusia tidak mencerminkan kebenaran, melainkan hanya aktivitas mental subyektifnya saja. Ia datang dan pergi, bagaikan angin dingin di tengah musim panas.

Banyak orang sibuk dengan pikirannya. Mereka mengira, bahwa pikirannya nyata. Mereka mengira, bahwa pikirannya adalah kebenaran. Inilah sumber dari segala penderitaan batin dan konflik antar manusia, yakni dari pikiran kacau yang dianggap sebagai kebenaran.

Kebebasan dari Pikiran

Orang semacam ini mengalami *kemelekatan* pada pikirannya. Ia tidak sadar, bahwa pikirannya kosong, sementara dan tidak pasti. Karena kemelakatan ini, ia menganggap dirinya benar. Ia pun menjadi orang yang sombong. Sikap semacam ini mengundang banyak kesalahpahaman dan konflik.

Orang yang melekat pada pikirannya juga akan melekat pada pendapatnya. Ia mengira, pendapatnya memiliki kebenaran mutlak. Ia tidak sadar, bahwa pendapatnya pun tidak mencerminkan kenyataan apa adanya. Orang semacam ini juga akan terjebak pada penyakit yang sama, yakni arogansi, dan mendorong kesalahpahaman serta konflik dengan orang lain.

Kemelekatan pada pikiran juga menciptakan penderitaan. Orang diatur oleh pikirannya. Ketika senang, ia senang secara berlebihan. Ketika sedih, ia amat menderita, bahkan ingin bunuh diri.

Menyadari, bahwa setiap pikiran dan pendapat itu kosong, membuat orang mampu mengambil jarak pada pikiran dan pendapatnya. Ia pun bebas dari pikiran dan pendapatnya. Ia tidak lagi dijajah oleh pikiran maupun pendapatnya. Dengan keadaan ini, ia bisa menggunakan pikiran dan pendapatnya untuk menolong orang lain, dan bukan untuk menghina orang lain.

Kebebasan berpikir dan berpendapat haruslah dibarengi dengan kebebasan *dari* pikiran dan pendapat. Inilah kebebasan yang sejati. Inilah kebebasan manusia dewasa. Selama orang masih mengira, bahwa pikiran dan pendapatnya mencerminkan kebenaran mutlak, selama itu pula, ia akan menjadi manusia arogan yang gemar memicu konflik.

Semua masalah di dunia lahir, karena orang melekat pada pikiran dan pendapatnya. Sayang sekali memang…

Tetralema

Ilmu pengetahuan modern telah berulang kali membuktikan kepada kita, bahwa apa yang kita anggap sebagai nyata dan benar *ternyata* salah. Berulang kali, kelima indera kita memberikan informasi yang tidak tepat tentang dunia. Akhirnya, kita sulit membedakan antara kenyataan dan ilusi. Banyak dari kita justru hidup dalam ilusi.

Kita mengira apa yang tidak ada sebagai ada. Sebaliknya, kita tidak tahu, apa sesungguhnya yang ada. Kita buta, akibat pikiran-pikiran yang bermunculan di kepala kita. Dalam arti ini, pikiran tidak mengantarkan kita pada kebenaran, melainkan justru menjadi *penghalang* terbesar kita untuk mencapai kebenaran.

Steve Hagen menulis tentang tetralema, yakni kebingungan kita, ketika kita hendak memahami hakekat dari materi. Ia mendasarkan dirinya pada pemikiran Nagarjuna, filsuf India yang hidup sekitar 2300 tahun yang lalu. Tetralema adalah jalan bagi pikiran kita, guna memahami materi yang ada di depan mata kita, misalnya komputer, layar televisi, meja, kursi dan sebagainya. Tetralema menggiring kita untuk *meragukan* keberadaan materi yang sebelumnya tampak begitu jelas kepada kita.

Tetralema

Tetralema berisi empat argumen tentang hakekat dari materi. Ini adalah empat jalan yang mungkin bagi *pikiran manusia*, guna mengetahui materi yang ada di depan matanya. Hagen dan Nagarjuna akan menunjukkan, bahwa semua argumen di dalam tetralema tidaklah meyakinkan.

Argumen pertama; suatu benda didefinisikan pada dirinya sendiri. Artinya, ia tidak membutuhkan benda-benda lainnya. Meja adalah meja, kursi adalah kursi. Mereka absolut pada dirinya sendiri. Titik.

Argumen ini lemah. Kenyataanya, kita mengenali sesuatu dalam hubungan dengan hal-hal lainnya. Baik ada, karena ada buruk. Cantik ada, karena ada jelek. Meja bisa dikenali, karena ia berbeda dengan kursi, korden, dan sebagainya.

Argumen kedua; suatu benda didefinisikan oleh lingkungannya. Suatu benda bisa dikenali sebagai ada, karena segala hal di sekitarnya mendefinisikan benda tersebut. Meja didefinisikan oleh kursi. Aku didefinisikan oleh kamu, dan sebagainya.

Argumen ini juga lemah. Jika suatu benda melulu didefinisikan oleh lingkungannya atau oleh benda-benda lainnya, maka ia tidak memiliki identitas pada dirinya sendiri. Ia tidak memiliki kepadatan pada dirinya sendiri. Maka, ia pun tidak bisa dikenali.

Argumen ketiga adalah gabungan antara argumen pertama dan kedua. Benda bisa dikenali sebagai ada, karena ia ada pada dirinya sendiri, dan terhubung dengan lingkungan sekitarnya. Meja ada, karena meja ada dan dibatasi oleh kursi, korden dan sebagainya. Linkungan dan isi dari benda tersebut membuat benda itu menjadi ada, dan dapat dikenali oleh manusia.

Argumen ini juga tidaklah meyakinkan. Jika inti dari benda bercampur dengan lingkungannya, maka semuanya akan melebur. Tidak ada lagi perbedaan. Kita pun tidak bisa mengetahuinya sebagai benda. Pengetahuan membutuhkan distingsi. Tanpa distingsi, tidak ada pengetahuan.

Argumen keempat; suatu benda tidak didefinisikan oleh benda itu sendiri, maupun oleh lingkungannya. Sekilas mendengar, kita akan langsung sadar, bahwa argumen ini tidak masuk akal. Jika suatu benda tidak didefinisikan oleh dirinya sendiri atau lingkungannya, lalu bagaimana kita bisa mengenalinya? Ini juga berarti, bahwa benda itu tidak ada.

Dengan demikian, keempat argumen tetralema tidak bisa membuktikan, bahwa materi ada. *Tidak ada* jalan yang kokoh untuk mengenali materi. Ia tampak seolah ada di depan mata kita. Namun, sesungguhnya, ia tidak sungguh ada, karena ia *tidak* sungguh dapat diketahui secara meyakinkan.

Artinya, lokalitas adalah *ilusi*. Lokalitas adalah fakta, bahwa suatu benda menempati ruang dan waktu tertentu, sehingga ia bisa dikenali. Namun, lewat tetralema di atas, kita sadar, bahwa lokalitas *tidak* dapat dipastikan. Artinya, pengetahuan kita tentang dunia juga *tidak* dapat dipastikan.

Teori Kuantum

Teori kuantum berkembang pesat di abad 20 dan 21 ini. Ia menjelaskan perilaku elektron dan partikel, yakni unsur terkecil dari materi. Di dalam teori ini dijelaskan, bahwa elektron dan partikel bisa bergerak seperti cahaya atau gelombang. Keduanya mungkin, dan itu tergantung dari pengamat yang mengamati gerak elektron tersebut. *Pengamat?*

Artinya, keberadaan pengamat mempengaruhi pola gerak elektron dan partikel. Cara pengamat tersebut mengamati juga menentukan perilaku elektron dan partikel. Artinya, realitas itu tergantung dari keberadaan pengamat, dan bagaimana ia mengamati realitas tersebut. Realitas tidak ada pada dirinya sendiri, melainkan tergantung dari kita yang mengamatinya.

Tetralema dan teori kuantum membuka pemahaman baru pada kita. Tidak ada realitas obyektif di luar sana. Tidak ada takdir yang sudah ditulis sebelumnya. Segalanya bergerak dan berubah, tergantung pada *keberadaan* kita, dan cara berpikir kita di dalam hidup.

Perubahan Cara Hidup

Di dalam Zen Buddhisme, pikiran adalah pencipta segalanya. Ketika pikiran berhenti, maka segalanya juga akan berhenti. Yang ada hanyalah ruang luas sebesar semesta itu sendiri. Pikiran dan hidup kita pun menjadi jernih.

Pandangan ini sejalan dengan tetralema dan teori kuantum. Apa yang kita anggap sebagai ada, termasuk uang, nama baik, keluarga, kesedihan, ketakutan, kekecewaan, sesungguhnya tidaklah ada. Ia ada, karena ia diciptakan oleh pikiran kita. Dengan menyadari ini, kita bisa mengatur pikiran dan hidup kita, dan bukan sebaliknya. Kita tidak lagi dijajah oleh pikiran kita.

Kita menemukan kebebasan yang sejati, yakni kebebasan *dari* pemikiran konseptual. Kita lalu bisa secara bebas menggunakan pikiran kita untuk membantu orang lain yang membutuhkan. Pikiran hanya alat, dan ia bisa menjadi alat yang baik. Ia menjadi salah, ketika ia tidak dapat diatur, dan bergerak menciptakan ketakutan dan penderitaan di dalam batin manusia.

Argumen tetralema dan teori kuantum membuka cara hidup baru kepada kita. Cara hidup ini berfokus pada pemahaman yang nyata tentang *dunia sebagaimana adanya (wie die Dinge sind)*, dan bukan dunia sebagaimana kita inginkan atau bayangkan (*wie die Dinge sein sollen*). Ia tidak lahir dari mitos atau ajaran moral untuk mengontrol perilaku sosial, seperti yang banyak ditemukan di dalam agama-agama tradisional. Ia lahir dari kebebasan sejati yang *tidak* berpijak pada kepercayaan buta, melainkan dari pengalaman *persentuhan* langsung dengan kenyataan apa adanya.

Ilmu Pengetahuan dan Tantangan Global

Kita hidup di dunia yang penuh tantangan. Di satu sisi, berbagai masalah sosial, seperti kemiskinan, perang dan kesenjangan sosial di berbagai negara, tetap ada, dan bahkan menyebar. Di sisi lain, krisis lingkungan hidup memicu berbagai bencana alam di berbagai tempat. Kita membutuhkan cara berpikir serta metode yang tepat, guna menghadapi dua tantangan tersebut.

Ilmu pengetahuan mencoba melakukan berbagai penelitian untuk memahami akar masalah, dan menawarkan jalan keluar. Beragam kajian dibuat. Beragam teori dirumuskan. Akan tetapi, seringkali semua itu hanya menjadi tumpukan kertas belaka yang tidak membawa perubahan nyata.

Bahkan, kini penelitian sedang dilakukan untuk memahami beragam penelitian yang ada. Jadi, ″penelitian atas penelitian″. Dilihat dari kaca mata ilmu pengetahuan, kegiatan ini memang perlu dan menarik. Namun, dilihat dari sudut akal sehat sederhana, ini merupakan tanda, bahwa telah ada begitu banyak kajian dan teori yang lahir dari penelitian dengan nilai milyaran dollar, sementara hasilnya masih dipertanyakan.

Banjir Teori

Kondisi ini saya sebut sebagai ″banjir teori″ dan ″banjir kajian″. Kajian dibuat demi kajian itu sendiri. Teori dirumuskan demi teori itu sendiri. Ini merupakan kesalahan berpikir mendasar di dalam dunia akademik sekarang ini.

Kondisi juga menciptakan kebingungan, baik di antara para ilmuwan sendiri, maupun masyarakat luas. Di dalam kebingungan semacam ini, beragam masalah tetap ada. Bahkan, dalam beberapa

kasus, masalah-masalah yang ada justru membesar dan menyebar. Uang milyaran dollar pun lenyap begitu saja untuk penelitian-penelitian yang absurd.

Kajian banyak terjadi di level teori. Perdebatan juga terjadi di level teori. Namun, ini jelas tidak cukup. Umat manusia membutuhkan cara berpikir yang baru, guna menghadapi berbagai tantangan dunia.

Hakekat Teori

Teori adalah rangkaian kata-kata ataupun simbol untuk menjelaskan suatu keadaan atau fenomena di dalam dunia. Teori juga merupakan bentuk abstraksi pikiran manusia atas keadaan atau benda di dunia. Dalam arti ini, dapat dengan lugas dikatakan, bahwa teori itu bukanlah kenyataan, melainkan abstraksi yang sekaligus juga berarti penyempitan (reduksi) dari kenyataan itu sendiri. Berteori berarti mencabut unsur-unsur di dalam kenyataan yang dianggap penting, dan berarti mengabaikan atau bahkan membuang hal-hal yang dianggap tidak penting.

Perdebatan pun lalu banyak terjadi di level teoritis. Para ilmuwan sibuk dengan konsep, kata dan simbol. Mereka kerap lupa, bahwa apa yang mereka bicarakan dan teliti itu adalah kehidupan manusia dengan segala kekayaannya. Mereka lalu membangun teori di atas teori, dan begitu terus, sampai tidak lagi memiliki akar di dalam kenyataan.

Jadi, teori tidak membantu manusia untuk memahami kenyataan. Bahkan, yang terjadi adalah sebaliknya, yakni teori justru mengaburkan pengetahuan manusia atas kenyataan. Kita tidak lagi dapat memahami realitas sebagaimana adanya, melainkan hanya realitas sebagaimana kita teorikan di dalam kepala dan penelitian kita. Dan karena begitu banyak teori, maka ada begitu banyak "realitas", dan akhirnya menciptakan kebingungan yang besar.

Dunia akademik menciptakan semacam dunia baru, yakni dunia imajinasi. Dunia imajinasi ini berisi kata, simbol dan teori. Di dalamnya terkandung, harapan dan ketakutan yang ditutupi dengan selubung

rumusan, formula, ataupun teori. Semua ini membuat orang tak lagi mampu memahami realitas apa adanya.

Melampaui Teori

Jika kita hanya memahami dunia melalui teori dan konsep di dalam kepala kita, maka kita tidak akan bisa memahami realitas apa adanya. Jika kita tidak dapat memahami realitas apa adanya, maka kita akan tersesat. Kita tidak lagi bisa membedakan antara kenyataan dan ilusi yang muncul di kepala kita. Akibatnya, kita pun bingung, dan tidak dapat menanggapi dengan tepat beragam tantangan yang ada.

Untuk mencegah itu, kita perlu memahami kenyataan apa adanya. Kita perlu bergerak melampaui teori, dan memahami dunia apa adanya. Kata ″melampaui″ bisa juga diganti dengan kata ″sebelum″ teori, yakni dunia apa adanya, sebelum kita merumuskan konsep atasnya. Para filsuf fenomenologi Jerman, seperti Edmund Husserl dan Martin Heidegger, menyebutnya sebagai dunia kehidupan (*Lebenswelt*), yakni dunia prakonseptual (sebelum konsep). Para pemikir filsafat Timur, seperti Seung Sahn dan Lin-Chi, menyebutnya sebagai dunia-tanpa-pikiran.

Bagaimana kita bisa memahami kenyataan apa adanya? Kita harus melepaskan diri dari konsep dan teori. Kita harus melepaskan diri kita dari kebiasaan berpikir konseptual. Dengan ini, lalu kita bisa mencerap (*wahrnehmen*) kenyataan apa adanya, yakni kenyataan sebelum dan sekaligus melampaui konsep serta teori.

Dalam arti ini, kita tidak lagi memahami (*begreifen*) kenyataan, melainkan mengalami (*erleben*) kenyataan. Kita tidak memenjara realitas ke dalam kata dan simbol, melainkan membiarkan realitas itu tampil apa adanya ke dalam kesadaran kita. Kita bergerak ke level sebelum pemikiran, dan kemudian menyentuh realitas apa adanya. Dalam arti ini, tidak ada lagi perbedaan antara aku dan realitas.

Di dalam persentuhan dan kesatuan dengan realitas ini, kita pun mengalami perubahan kesadaran. Cara berpikir kita berubah. Cara

hidup kita berubah. Keputusan dan prioritas dalam hidup kita pun lalu ikut berubah.

Kebingungan lenyap. Orang bingung, karena kepalanya dipenuhi konsep dan teori. Keadaan ini menciptakan ketakutan dan harapan berlebihan yang membuat orang tak jernih memandang realitas. Keputusan-keputusan yang ia ambil pun lalu mencerminkan kebingungan di dalam hidupnya.

Sebaliknya, persentuhan langsung dengan realitas membuat teori dan konsep lenyap seketika. Segalanya menjadi jelas dan jernih. Orang tahu, apa yang harus ia lakukan. Pijakannya bukanlah lagi melulu pertimbangan rasional dan logis, melainkan "intuisi", yakni pengalaman langsung dengan kenyataan.

Dalam keadaan ini, moralitas sebagai seperangkat aturan bertindak tidak lagi diperlukan. Berbuat baik adalah sesuatu yang alamiah, ketika orang menyentuh realitas dengan intuisinya. Berbuat jahat, dalam arti mendorong penderitaan, juga secara alamiah dihindari. Orang tidak dipenuhi oleh "perang teori" dan "perang konsep" di dalam kepalanya soal baik buruk- benar salah, melainkan hidup dengan pikiran jernih, guna menghadapi segala yang ada sesuai keadaan yang nyata.

Dengan kejernihan semacam ini, kita bisa bekerja sama, guna menghadapi berbagai tantangan jaman yang ada. Kita tidak lagi terjebak dengan teori dan konsep. Kita juga tidak lagi terjebak dalam kebingungan dan ketakutan. Namun, keadaan ini haruslah dilatih terus menerus, sehingga ia sungguh menjadi bagian nyata dari kehidupan kita, dan bukan sekedar sensasi sesaat belaka.

Perdamaian yang sejati dapat terbentuk, ketika kita melepaskan ide-ide kita tentang perdamaian. Kita tidak lagi ngotot menciptakan perdamaian "versi kita". Kita tidak lagi terjebak pada "konsep perdamaian" atau "teori tentang perdamaian" yang kita anggap benar. Ketika kita bisa mencerap kenyataan apa adanya, pada saat itulah, kita bisa mengalami perdamaian sejati di dalam batin, maupun dengan orang sekitar.

Menyamaratakan

„Karena nila setitik, rusak susu sebelanga." Benarkah? Karena satu kesalahan, lalu semua hal baik juga ikut rusak? Karena kesalahan satu orang, lalu seluruh kelompoknya juga ikut bersalah?

Inilah salah satu pertanyaan terpenting yang perlu kita ajukan sekarang ini. Banyak orang hidup dengan prasangka. Pikirannya melihat sesuatu, lalu menyamaratakan kesalahan itu ke konteks yang lebih luas. Misalnya, ada satu orang Ambon yang menjadi preman. Lalu, kita dengan gampangnya menarik kesimpulan, "semua orang Ambon itu preman".

Kesalahan satu orang lalu dianggap sebagai kesalahan kelompok. Ada orang asing berbuat kriminal, maka semua orang asing lalu dicurigai sebagai kriminal. Inilah yang sekarang ini berkembang di Jerman, dan di berbagai tempat lainnya. Saya menyebut gejala ini sebagai pola pikir "menyamaratakan".

Kecenderungan ini lalu juga meluas. Kesalahan kelompok dianggap sebagai kesalahan ras. Kesalahan ras lalu dianggap sebagai kesalahan seluruh peradaban. Dunia lalu terpecah di antara berbagai kelompok yang saling membenci satu sama lain.

Prasangka

Pola pikir menyamaratakan adalah ibu kandung dari prasangka. Prasangka adalah pandangan kita akan sesuatu, sebelum sesuatu itu terjadi. Ia tidak nyata. Ia hanya khayalan di kepala kita yang berpijak pada ketakutan dan kesalahpahaman.

Prasangka lalu melahirkan diskriminasi. Kita menilai orang berdasarkan warna kulit, ras, suku atau agamanya. Kita bersikap keras dan tidak adil kepada seseorang, karena ia memiliki latar belakang yang

tidak sama dengan kita. Dengan cara berpikir ini, kita bisa menjadi pelaku pembunuhan massal.

Dunia sekarang ini hidup dalam bayang-bayang diskriminasi dan rasisme. Orang dipisahkan oleh tembok warna kulit dan agama. Berita-berita di media dipelintir, guna memanaskan keadaan. Banyak keluarga harus menderita, karena mengalami ketidakadilan di berbagai segi kehidupannya.

Keadaan ini bagaikan bom waktu. Konflik besar antar kelompok menanti di depan mata. Ketegangan politis dan militer membawa penderitaan bagi banyak orang yang tak bersalah. Keadaan ini diperparah oleh rusaknya alam, akibat dari kerakusan dan kebodohan manusia.

Pembunuhan massal etnis Yahudi tak jauh dari ingatan kita. Orang-orang Yahudi ditangkap dan dibunuh, tanpa alasan yang jelas. Di Indonesia, jutaan anggota PKI dan organisasi-organisasinya ditangkap, ditahan dan dibunuh demi kekuasaan belaka. Pola pikir menyamaratakan ada di balik semua peristiwa mengerikan ini.

Akar

Memang, sulit bagi kita untuk tidak menyamaratakan, ketika kita secara langsung menjadi korban dari suatu bentuk kejahatan. Kita mengalami trauma dan sakit hati, akibat penghinaan dan ketidakadilan yang secara langsung kita alami. Berpijak pada kekalutan batin semacam itu, kita lalu menyamaratakan. Selama konflik dan trauma tidak mengalami rekonsiliasi, selama itu pula pola pikir menyamaratakan akan berkembang, dan mendorong berbagai bentuk diskriminasi.

Misalnya, kita diancam oleh preman yang berasal dari Medan. Maka sulit bagi kita untuk menolak logika berpikir, bahwa ”semua orang Batak adalah preman”. Ada semacam ketakutan yang menutupi pikiran kita di dalam peristiwa ini. Akibatnya, kita tidak lagi mampu berpikir jernih, dan kemudian menyamaratakan.

Ini juga seringkali terkait dengan harga diri kita sebagai manusia. Korban penghinaan terluka harga dirinya. Kemarahan dan kebencian menutupi matanya, sehingga ia berpikir dengan menyamaratakan, dan mendorong terjadinya diskriminasi serta konflik. Hal yang sama terjadi dengan harga diri kelompok, sehingga konflik perorangan berubah menjadi konflik antar kelompok.

Pola pikir ″menyamaratakan″ ini juga diakibatkan oleh hubungan sebab akibat semu di dalam kepala. Kita membuat hubungan tanpa dasar antara dua peristiwa. Kita melihat sebab dari suatu akibat (penderitaan kita), walaupun sesungguhnya tidak ada hubungan langsung. Analisis kita dikotori oleh rasa takut, trauma dan kebencian.

Keadaan ini juga disebut sebagai ketidakberpikiran. Kita mengira ketakutan kita sebagai kebenaran. Kita mengira pikiran kita sebagai kebenaran. Pikiran yang diyakini sebagai kebenaran justru melahirkan ketidakberpikiran.

Pada saat yang sama, keadaan ini juga bisa disebut tindak berpikir yang berlebihan. Para master Zen di dalam filsafat Timur berulang kali menegaskan, pikiran adalah sumber dari segala penderitaan. Pikiran dan analisis memisahkan manusia dengan manusia lainnya, dan manusia dengan alam. Keadaan ini berpotensi besar untuk mendorong konflik.

Pola pikir menyamaratakan bisa dilampaui, jika orang menyadari pikirannya sendiri. Ia lalu bisa mengambil jarak dari prasangka yang bercokol di kepalanya. Ketakutannya tetap ada, tetapi tidak mempengaruhinya. Setelah prasangka dan ketakutan lenyap, orang lalu masuk ke dalam kejernihan.

Orang juga tak perlu takut dan marah, jika ia mengalami diskriminasi, akibat penyamarataan. Para pelaku diskriminasi adalah orang-orang yang takut dan menderita. Justru, mereka harus dibantu dengan berbagai cara yang mungkin. Kekuatan terbesar manusia adalah kelembutannya di dalam menghadapi segala sesuatu.

Apa yang Sesungguhnya Ada

Sejak awal keberadaannya, manusia ingin memahami dunianya. Ia juga ingin memahami dirinya sendiri. Dorongan ini bersifat alamiah. Ia akan selalu ada, selama manusia masih hidup.

Memahami dunia berarti mengamati dunia apa adanya. Mengamati dunia apa adanya berarti mengamati dunia di dalam perubahannya. Segala sesuatu terus berubah, tanpa henti. Kita tak akan pernah menginjakkan kaki di sungai yang sama, begitu kata Herakleitos, filsuf Yunani Kuno.

Apa yang kita lihat sekarang bukanlah yang kita lihat sebelumnya. Setiap tujuh tahun, tubuh manusia berganti sepenuhnya. Ia menjadi manusia yang sama sekali baru. Yang sama dari manusia itu dengan manusia sebelumnya hanyalah namanya.

Apa yang kita anggap tetap dan akan memuaskan kita pada akhirnya akan berubah, dan lenyap dari muka bumi ini. Apa yang kita perolah akan berubah, dan akan lenyap. Apa yang kita pegang erat-erat juga akan berubah. Apa yang kita perjuangkan dengan seluruh hidup kita akan hilang ditelan angin.

Memahami kenyataan di dalam perubahannya berarti juga memahami alam di dalam keterhubungannya. Segala hal saling terhubung satu sama lain. Hukum-hukum fisika yang bekerja, ketika kita mengangkat tangan kita, sama dengan hukum-hukum fisika yang menggerakan meteor di ruang angkasa nan jauh disana. Perbedaan hanya merupakan ilusi yang diciptakan oleh pikiran kita yang terbatas.

Kotoran bagi satu mahluk adalah makanan bagi mahluk lain. Apa yang dianggap menjijikan oleh manusia justru menjadi rumah bagi peradaban serangga atau tumbuhan tertentu. Lingkaran saling keterhubungan adalah bentuk dari alam semesta kita. Tidak ada yang suci dan tidak suci, karena semuanya saling membutuhkan satu sama lain.

Kenyataan juga tidak memiliki konsep. Kenyataan adalah apa adanya,*just as it is*. Ia tidak memiliki nama. Kata ”kenyataan” juga sebenarnya salah kaprah. Ia membuat aliran perubahan seolah-oleh menjadi tetap, dan bisa disebut sebagai ”kenyataan”.

Konsep membuat sesuatu tampak tetap. Padahal, sejatinya, segala hal terus berubah, tiap detik, tanpa henti. Konsep bukanlah kenyataan. Bahkan seringkali, ia menghalangi kita untuk memahami kenyataan.

Salah satu konsep yang paling banyak digunakan manusia adalah konsep ”awal dan akhir”. Di dalam alam, tidak ada awal dan tidak ada akhir. Segalanya berubah, bergerak. Apa yang kita sebut sebagai ”awal” dan ”akhir” juga merupakan sebuah perubahan yang tak istimewa.

Jika tak ada awal dan akhir, maka tidak ada hidup dan mati. Hidup dan mati hanyalah sebentuk perubahan. Pikiran kitalah yang mencapnya sebagai sesuatu yang penting. Alam semesta itu sejatinya tidak pernah hidup dan tidak pernah mati. Ia juga tidak memiliki awal dan tidak memiliki akhir. Ia hanya ada, dan terus ada.

”Awal-akhir”, ”hidup-mati”, itu adalah konsep-konsep di dalam pikiran kita. Kita lalu melekat pada konsep-konsep itu. Kebahagiaan kita menjadi tergantung padanya. Jika sesuatu hidup atau dimulai, kita senang. Sebaliknya, jika sesuatu berakhir atau mati, kita lalu sedih. Ini adalah ilusi dari pikiran kita.

Ketika orang mati, tubuhnya menjadi bangkai di tanah. Rumput dan tanaman tumbuh subur di tanah yang berisi bangkai. Sapi lalu memakan rumput itu, lalu manusia memotong mati untuk lauk pauk di meja makannya. Inilah lingkaran kehidupan yang tak mengenal awal dan akhir, mati dan hidup.

Dalam arti ini, dapat juga dikatakan, bahwa seluruh alam ini adalah satu kesatuan. Tidak ada perbedaan. Semua terhubung, dan tidak hanya itu, semua adalah satu. Butiran pasir di pantai dan bintang raksasa yang berukuran ratusan kali lebih besar dari matahari adalah satu dan sama.

Argumen ini didukung oleh penemuan terbaru di dalam fisika. Komponen terkecil alam semesta adalah satu dan sama. Antara semut dan gajah tidak ada perbedaan, ketika kita melihat komponen terkecilnya. Perbedaan hanya tampak di mata dan pikiran kita.

Kesatuan ini ditunjang oleh harmoni di dalam alam semesta. Harmoni berarti segala sesuatu memiliki tatanan tertentu. Ada hukum-hukum alam yang mengatur segalanya. Tidak pernah ada chaos dan kekacauan, sebagaimana dibayangkan oleh manusia.

Sayangnya, banyak orang tak paham akan hal ini. Mereka menganggap, apa yang mereka punya akan tetap dan abadi. Mereka lalu melekat pada harta, ambisi dan nama besar. Mereka juga mengira, diri mereka abadi dan tetap. Tak heran, mereka hidup dalam penderitaan.

Mereka juga hidup dalam delusi. Mereka mengira, kematian adalah akhir. Lalu, mereka marah, takut serta sedih, ketika orang yang mereka sayangi meninggal. Mereka juga berusaha untuk bisa hidup sehat dan awet muda, serta berusaha untuk menghindari kematian. Usaha yang sejatinya sia-sia.

Banyak orang juga berambisi untuk memulai sesuatu. Lalu, mereka melekat pada ambisi dan pada sesuatu itu. Ambisi membutakan mata mereka. Padahal, itu pun juga sejatinya akan berakhir.

Orang yang hidup dalam delusi berarti hidup dalam penderitaan. Mereka melekat dan memegang erat hal-hal yang sejatinya terus berubah. Mereka mengira, bahwa pikiran dan konsep-konsep mereka adalah kenyataan. Mereka juga takut pada kematian dan usia tua.

Orang yang menderita akan cenderung membuat orang lain menderita. Penderitaan kolektif akan mendorong konflik antar kelompok. Perang antar negara juga bisa terjadi, karena penderitaan batin yang amat besar dari kedua belah pihak yang berperang. Perdamaian dunia tidak akan pernah tercapai, jika orang masih terjebak di dalam delusinya masing-masing.

Bagaimana kita membangun sikap hidup yang tepat dengan berpijak sebagaimana adanya? Bagaimana kita bisa melepaskan

segala harapan kosong dan pikiran-pikiran delusional yang menutupi mata kita dari dunia apa adanya? Inilah pertanyaan yang menjadi pergulatan filsafat Yunani Kuno dan filsafat Timur. Bagaimana kita bisa melepaskan konsep-konsep pikiran kita, dan kemudian hidup mengalir mengikuti perubahan semesta?

Keputusan

Hidup kita disusun oleh berbagai keputusan yang telah kita buat. Setiap harinya, kita pun diminta untuk membuat keputusan. Di sisi lain, keputusan-keputusan kita juga berdampak langsung pada orang lain. Keadaan pikiran dan fisik hidup mereka juga menerima dampak dari keputusan yang kita buat. Pertanyaan yang patut dijawab pada titik ini adalah, bagaimana kita bisa membuat keputusan yang tepat untuk hidup kita, terutama dengan mempertimbangkan keadaan dunia yang semakin hari semakin rumit ini?

Kejernihan

Ada empat hal yang diperlukan, guna membuat keputusan, yakni kejernihan, dialog, keputusan dan kontrol. Kejernihan pikiran adalah kemampuan untuk memahami keadaan apa adanya, lepas dari segala bentuk kotoran yang menutupi pikiran kita, seperti prasangka, ketakutan, kecemasan dan trauma dari peristiwa masa lalu. Pikiran yang kotor ini akan bermuara pada pertimbangan-pertimbangan yang kacau. Ini semua akan mendorong kita membuat keputusan yang salah, yakni keputusan yang menciptakan penderitaan bagi diri kita, maupun orang lain.

Bagaimana cara mencapai kejernihan pikiran semacam ini? Kita harus membersihkan kepala kita dari semua pertimbangan konseptual abstrak, terkait dengan keputusan yang akan kita buat. Kita juga harus melepaskan kepentingan pribadi kita. Hanya dengan begitu, pikiran kita akan menjadi jernih seperti ruang kosong, dan bisa membuat keputusan yang tepat, sesuai dengan keadaan yang ada di depan mata.

Ketika pikiran jernih, maka keadaan akan jelas. Segala hal menjadi jelas dengan sendirinya. Kita tak lagi lagi sibuk pada apa yang kita

inginkan, melainkan pada keadaan sesungguhnya. Dengan berpijak pada pengetahuan tentang keadaan sebagaimana adanya, kita bisa menanggapi setiap keadaan dengan tepat. Kita menjadi pribadi yang responsif, yakni berani dan mampu menanggapi segala keadaan yang terjadi apa adanya.

Banyak orang tidak responsif pada keadaan sebenarnya. Mereka bersikap reaksioner terhadap keadaan. Artinya, mereka menanggapi keadaan tidak dengan kejernihan, melainkan dengan ketakutan, kecemasan dan prasangka. Semua ini menghasilkan kebencian yang akan membuat keputusan yang diambil menjadi salah, dan menciptakan penderitaan bagi banyak orang.

Dialog, Keputusan dan Kontrol

Kejernihan lalu menjadi dasar untuk proses berikutnya, yakni dialog. Dialog mengandaikan kerja sama antara berbagai pihak, guna membuat sebuah keputusan yang nantinya akan mempengaruhi kehidupan banyak orang. Segala kehendak dari semua pihak terkait dan dampak yang timbul dari keputusan yang diambil harus diperhatikan. Semua itu harus menjadi bahan di dalam dialog.

Namun, dialog tidak boleh berlangsung tanpa henti. Keputusan harus dibuat, walaupun keadaan memang tak sesempurna yang diinginkan. Sikap perfeksionis di dalam membuat keputusan haruslah dihindari, tanpa terjatuh pada sikap sembrono. Kejernihan pikiran menjadi dasar utama dari semua proses ini.

Setelah keputusan dibuat, ia harus dipantau terus menerus, apakah berjalan dengan baik, atau tidak. Pemantauan ini amatlah penting. Begitu banyak keputusan politik di buat di Indonesia, tetapi tidak memiliki dampak yang diharapkan. Tanpa kontrol yang jelas, setiap keputusan, sebagus apapun, tidak akan memberikan kebaikan pada siapapun.

Kejernihan pikiran, dialog, keputusan dan kontrol adalah langkah-langkah yang harus ditempuh, guna membuat keputusan yang tepat, sesuai dengan keadaan sebagaimana adanya. Ini semua harus dilakukan dengan kesadaran penuh, bahwa semuanya adalah kosong, sementara serta terus berubah. Perubahan adalah keniscayaan di dalam hidup. Maka, semuanya pun harus terbuka untuk perubahan yang diperlukan, guna menanggapi keadaan yang ada.

Walaupun dibuat dengan kejernihan, pasti ada kesalahan. Itu adalah bagian dari hidup. Penyesalan tidaklah diperlukan. Kita hanya perlu terus berusaha jernih, dan maju terus dalam dialog, memutuskan apa yang perlu dilakukan, dan melakukan kontrol atasnya. Maju terus….

Media, Citra dan Realita

Citra memang bukan realita. Namun, perannya tetaplah penting, terutama di dunia digital yang sekarang ini mengepung hidup kita. Citra menentukan sikap orang lain pada kita. Citra juga mempengaruhi selera massa, yang akhirnya berpengaruh langsung pada keberhasilan ekonomi seseorang, dan bahkan satu negara.

Citra merupakan abstraksi dari realita. Ia bukanlah realita itu sendiri. Citra dibangun di atas sekumpulan informasi yang diperoleh dari sumber-sumber tertentu. Sayangnya, informasi-informasi tersebut tidak sepenuhnya sesuai kenyataan.

Citra berpijak pada persepsi. Persepsi dibangun atas bayangan tentang realita. Bayangan tersebut lalu menjadi semacam penuntun cara berpikir dan cara bertindak yang tidak disadari. Orang menjalani hidupnya dengan berpijak pada persepsinya atas kenyataan tersebut.

Realita yang sesungguhnya, dalam konteks ini, berada di luar genggaman tangan kita. Ia berada di luar dan melampaui persepsi. Pada titik ini, orang perlu berpikir terbalik. Persepsi justru bertentangan dengan kenyataan. Jadi, anggapan yang ada di kepala justru harus dilihat terbalik dari kenyataan yang ada.

Citra dan Media

Darimana persepsi muncul? Dari mana citra tercipta? Peran media amatlah besar dalam hal ini, termasuk di dalamnya adalah koran, majalah, iklan, berita-berita di internet serta gosip-gosip di blog pribadi maupun jaringan sosial. Cara pandang kita atas dunia, perilaku kita serta selera kita dibangun oleh media-media modern berukuran raksasa ini.

Ketika media menyebarkan berita, bahwa kulit putih lebih baik dari kulit hitam, maka kita pun lebih suka pada laki-laki atau perempuan berikulit putih, daripada mereka yang berkulit hitam. Ketika media menyebarkan informasi, bahwa Eropa itu indah, maka orang berbondong-bondong berwisata ke Eropa, walaupun dengan biaya yang tidak masuk akal. Ketika media menyebarkan berita, bahwa pendidikan di Amerika Serikat adalah yang terbaik di dunia, maka orang berbondong-bondong sekolah disana, juga dengan biaya yang amat tinggi. Jadi, apa kata media, itulah yang menjadi selera kita, dan akhirnya menuntun hampir semua tindakan kita.

Padahal, media tidaklah pernah netral. Media selalu merupakan corong dari kepentingan pihak tertentu. Dalam banyak hal, media justru melestarikan keadaan sosial tertentu yang tidak adil. Dengan kata lain, media kerap menjadi kaki tangan para penguasa yang ingin menjaga kekuasaannya dengan cara-cara yang tidak dapat dipertanggungjawabkan.

Media dan Realita

Media menyebarkan info dan berita yang menguntungkan pihak tertentu. Dari pola pemberitaan semacam ini, media lalu juga memperoleh keuntungan. Pola ini sudah kita rasakan bersama, sewaktu Orde Baru di bawah Soeharto memerintah Indonesia. Pemberitaan media dipelintir untuk membangun citra baik bagi pemerintah yang berkuasa.

Dengan pola ini, media juga merugikan kepentingan pihak lainnya. Media meminggirkan kepentingan dan aspirasi dari kelompok tertentu di dalam masyarakat. Kelompok-kelompok ini biasanya menjadi kambing hitam atas segala permasalahan sosial yang ada di masyarakat. Mereka biasanya kaum minoritas yang tidak mendapatkan pendidikan yang memadai, serta terjebak dalam kemiskinan.

Dengan demikian, pemberitaan media bukanlah realita. Justru sebaliknya, kita kerap perlu membaca berita-berita media secara terbalik, karena ia jelas bertentangan dengan realita. Tidak ada fakta di dalam media. Yang ada hanyalah sudut pandang yang perlu untuk terus dibaca serta ditanggapi secara kritis.

Kritis, Kritis dan Kritis

Pada titik ini, sikap kritis mutlak diperlukan. Di tingkat pertama dan terpenting, kita perlu kritis pada selera kita. Kita perlu sadar, selera dan cara berpikir kita dibentuk oleh kepungan media di sekitar kita. Dalam banyak hal, kita perlu untuk menolak selera kita, dan melihatnya semata sebagai ilusi.

Kritis pada selera berarti juga kritis pada persepsi. Persepsi adalah kesan dan bayangan kita akan sesuatu yang tak selalu mencerminkan realita. Maka, persepsi pun harus ditunda kepastiannya, dan diuji keabsahannya. Persepsi harus dilihat sebagai salah, sampai terbukti sebaliknya.

Pada titik ini, sikap kritis pada media pun juga mutlak ada. Informasi-informasi dari berbagai media juga harus dilihat sebagai salah, sampai terbukti sebaliknya. Fakta harus dilihat sebagai pendapat yang perlu untuk dilihat dengan kaca mata kritis. Hanya dengan begini, kita bisa lolos dari penipuan media yang mengacaukan persepsi serta selera kita.

Dalam konteks ini, kebenaran adalah hasil dari falsifikasi. Ia bukanlah hasil dari afirmasi buta atas apa yang tertulis dan terdengar. Hasil dari falsifikasi berarti kebenaran itu telah lolos dari uji coba pencarian hal-hal yang bertentangan dengan kebenaran itu. Ketika segala yang bertentangan telah diajukan, dan kebenaran itu tetap tegak berdiri, maka mungkin kita bisa sedikit yakin, bahwa kita sudah tiba di pintu gerbang kebenaran. Mungkin…

Dekonstruksi dan Kebenaran

Kebenaran merupakan hal penting dalam hidup setiap orang. Tidak ada orang yang mau hidup dalam kebohongan dan kepalsuan. Mereka menginginkan dan mencari kebenaran. Semua keputusan dalam hidup mereka, sedapat mungkin, didasarkan atas kebenaran.

Hal yang sama berlaku di dalam politik. Hidup bersama tentu membutuhkan aturan. Namun, aturan tersebut tidak boleh berpijak pada semata kekuasaan belaka, melainkan pada keadilan dan kebenaran. Tanpa keadilan dan kebenaran, tata politik akan bermuara pada perang dan kehancuran semua pihak.

Banyak orang bilang, hal terpenting dalam hidup adalah cinta. Banyak juga agama dan filsafat yang mengajarkan itu. Namun, cinta tidak boleh disamakan melulu dengan memanjakan. Cinta juga harus tetap berpijak pada kebenaran, yang memang seringkali perlu disampaikan dengan cara-cara yang kurang bersahabat.

Namun, pertanyaan mendasar kemudian muncul. Mungkinkah kita sebagai manusia memahami kebenaran? Mungkinkah pikiran dan kemampuan kita yang terbatas memahami dan menerapkan kebenaran di dalam hidup sehari-hari kita? Inilah salah satu pertanyaan mendasar di dalam filsafat dan ilmu pengetahuan.

Dekonstruksi

Jacques Derrida, seorang filsuf Prancis di abad 20, mengajukan pendapat menarik soal kebenaran. Baginya, kebenaran selalu terkait dengan proses dekonstruksi. Kebenaran bukanlah sesuatu yang mutlak dan tetap, melainkan bergerak sejalan dengan perubahan kenyataan itu sendiri. Dalam arti ini dapatlah dikatakan, bahwa dekonstruksi merupakan sebuah teori tentang kebenaran.

Dekonstruksi hendak mengritik tradisi Logosentrisme di dalam filsafat Eropa. Logosentrisme menekankan kepastian keberadaan dari simbol dan bahasa yang kita gunakan di dalam berpikir. Kita, dari sudut pandang Logosentrisme, memahami dunia lewat simbol dan kata. Simbol dan kata itu mewakili sesuatu yang nyata di dunia, yang bisa dirumuskan dan diketahui secara pasti melalui simbol dan konsep yang kita gunakan.

Derrida berpendapat, bahwa Logosentrisme itu salah kaprah. Simbol dan bahasa yang kita gunakan tidak otomatis mewakili apa yang ada secara nyata di dunia. Simbol dan bahasa tersebut adalah suatu sistem mandiri yang kita bangun lewat pikiran dan komunikasi. Oleh karena itu, Derrida kemudian mencoba melampaui Logosentrisme dengan melihat ke sisi lain dari kenyataan, yakni sisi dekonstruksi.

Dekonstruksi adalah metode yang digunakan oleh Derrida untuk menekankan, bahwa bahasa dan simbol tidak pernah bisa mewakili kenyataan yang ada. Keduanya bersifat ambigu dan tidak pasti. Dekonstruksi sebenarnya sudah selalu berada di dalam teks. Ia berada dalam bentuk ketidakpastian yang mengaburkan makna teks, dan membuatnya terbuka untuk berbagai kemungkinan tafsiran.

Dalam arti ini, teks tidak hanya berarti tulisan, tetapi juga kenyataan itu sendiri. Bahasa dan simbol adalah alat-alat yang digunakan oleh pikiran manusia untuk memahami kenyataan. Karena bahasa dan simbol selalu berubah dan tidak pasti, pemahaman kita akan kenyataan pun selalu berubah dan tidak pasti. Ketidakpastian ini sudah tertanam di dalam bahasa dan simbol yang kita ciptakan.

Dekonstruksi bergerak dengan dua pola, yakni pembedaan dan penundaan. Membedakan berarti mengaktivkan ketidakstabilan di dalam teks yang menghasilkan pemahaman yang berbeda atas kata ataupun kalimat yang sama. Satu simbol atau satu kata bisa dibaca dengan beragam cara yang berbeda, bahkan saling bertentangan. Dekonstruksi hendak mendorong pembedaan semacam ini.

Penundaan berarti gerak dekonstruksi yang menunda kepastian makna yang ada. Kata dan simbol hendak digerakkan sedemikian rupa, sehingga tidak ada kepastian yang dihasilkan dari hubungan yang ada. Makna pun menjadi ambigu, dan terbuka untuk gerak dekonstruksi lebih jauh. Orang berhenti merumuskan apa yang sesungguhnya tak bisa dirumuskan, yakni kebenaran tentang teks itu sendiri.

Kebenaran

Metode dekonstruksi melihat kebenaran hanya sebagai jejak. Manusia tak mampu memahami kebenaran mutlak pada dirinya sendiri. Yang bisa ia capai hanya merupakan jejak-jejak kebenaran. Ia hanya bisa mendekati kebenaran, tanpa pernah bisa meraihnya dengan utuh dan penuh.

Dalam arti ini, setiap jejak kebenaran selalu bersifat tidak pasti dan terbuka. Ia bisa berubah, seturut dengan perubahan waktu dan peristiwa. Ia selalu terbuka untuk pertanyaan dan sanggahan, sampai muncul kemungkinan lain yang dianggap lebih baik. Dekonstruksi adalah proses yang terus bergerak tanpa henti dari dalam diri teks itu sendiri.

Kebenaran pun lalu dilihat sebagai tafsiran. Ia menafsirkan ulang dirinya sendiri terus menerus, tanpa henti. Pembaca dan pengarang hanya memainkan gerak ketegangan dan kontradiksi yang selalu sudah hadir di dalam bahasa dan simbol yang digunakan manusia untuk memahami kenyataan. Pada satu titik, dekonstruksi bergerak melampaui dirinya sendiri, dan mengajak orang untuk masuk ke ranah sebelum kata.

Filsafat dan Depresi

Banyak orang hidup dalam depresi sekarang ini. Tuntutan pekerjaan, masalah rumah tangga serta beragam tantangan hidup lainnya mendorong orang masuk ke dalam depresi. Dalam arti ini, depresi dapat dilihat sebagai keadaan emosional yang dipenuhi kesedihan dan kekecewaan dalam jangka waktu lebih dari dua bulan. Ada beragam teori tentang ini. Namun, dua bulan hidup dalam keadaan batin yang menyakitkan, pada hemat saya, sudah menandakan, bahwa orang masuk ke dalam depresi.

Depresi membuat orang tak bisa menikmati hidup. Segalanya terlihat salah. Hal-hal kecil seringkali memancing beragam emosi negatif di dalam diri. Keadaan ini berlangsung cukup lama, dan seringkali disertai dengan gejala senang berlebihan, yang kemudian dilanjutkan pula dengan kesedihan berlebihan.

Depresi biasanya dipicu oleh rangkaian peristiwa menyedihan dan menyakitkan, seperti kehilangan anggota keluarga, kegagalan di dalam karir atau sekolah, sakit berkepanjangan atau perceraian. Keadaan ini membuat tubuh dan pikiran seseorang tertekan, jauh melampaui batas yang mampu ditanggungnya. Pikirannya kacau, karena selalu bergerak ke masa lalu yang penuh penyesalan, dan masa depan yang penuh kecemasan. Tubuhnya pun melemah, karena dalam keadaan seperti ini, orang tak mampu beristirahat dengan cukup, dan nafsu makan serta minum pun menurun.

Terapi Depresi

Ada beragam terapi yang ditawarkan. Namun, pada hemat saya, banyak hanya merupakan omong kosong. Orang diminta untuk menghabiskan waktu dan uang hanya untuk menjalani terapi yang

dipenuhi janji palsu belaka. Akan tetapi, ada satu alternatif yang mungkin belum banyak dicoba orang, namun memiliki kemungkinan besar untuk berhasil, yakni filsafat sebagai terapi.

Tidak semua jenis filsafat bisa berfungsi sebagai terapi. Banyak pemikiran filsafat yang justru menjadi sumber depresi. Abstraksi berlebihan justru menumpulkan kepekaan orang pada kenyataan hidup. Jenis filsafat ini sungguh harus ditanggapi secara kritis.

Akan tetapi, ada jenis filsafat lainnya yang dikembangkan di masa Yunani Kuno dan Romawi di Eropa, yakni filsafat Stoa. Tokoh yang menjadi acuan saya disini adalah seorang Kaisar Romawi bernama Marcus Aurelius. Ia menuliskan gagasannya di dalam buku yang berjudul *Meditations*. Ia bukan hanya seorang kaisar yang bijak memimpin, tetapi juga seorang pemikir yang mendalam.

Kontrol dan Kesadaran

Ada dua ide darinya yang kiranya cocok menjadi dasar dari terapi filosofis untuk despresi, yakni kontrol diri dan kesadaran. Kontrol diri berarti kemampuan orang untuk mengendalikan perasaan dan pikirannya di hadapan berbagai bentuk keadaan. Kesulitan dan tantangan yang datang dari luar diri tidak mempengaruhi stabilitas batinnya. Kemampuan ini tidak datang hanya dengan pengetahuan intelektual semata, tetapi dengan latihan dari kegiatan sehari-hari yang berpijak pada kesadaran.

Dalam arti ini, kesadaran merupakan kemampuan orang untuk menjalani hidup dari saat ke saat dengan sepenuh hati dan pikirannya. Ketika ia makan, maka ia sepenuhnya makan. Ketika ia berjalan, maka ia sepenuhnya berjalan. Pikirannya tidak bergerak ke tempat lain. Pikirannya juga tidak bergerak ke masa lalu, ataupun masa depan.

Dengan melatih kesadaran semacam ini, orang akan menemukan kedamaian di dalam hatinya. Ia menjalani saat ke saat dalam hidupnya dengan ketenangan batin. Ia pun lalu mampu mengendalikan emosi

dan pikirannya di hadapan berbagai keadaan. Kesulitan hidup tidak membuat batinnya tergoyahkan. Ia tidak akan mengalami depresi.

Di dalam filsafat Yunani kuno, kaum Stoa menganjurkan setiap orang untuk melatih kesadaran dari saat ke saat semacam ini. Filsafat Timur sudah lama melihat kesadaran semacam ini sebagai sumber dari segala kebijaksanaan hidup. Di dalam Zen Buddhisme dijelaskan, bahwa kebenaran dan kesejatian hanya dapat ditemukan disini dan saat ini, bukan di tempat atau di waktu yang lain. Ilmu pengetahuan modern menyebut kesadaran ini sebagai *Achtsamkeit,* dan ia sudah banyak diteliti sebagai salah satu bentuk terapi terbaik untuk beragam bentuk penyakit kejiwaan.

Kontrol diri hanya bisa dibangun dengan kesadaran diri. Inilah filsafat yang amat sederhana, tetapi banyak orang sulit menjalankannya, karena pikirannya terlalu rumit. Mereka mau menjalani terapi yang mahal dan rumit, walaupun tidak banyak membuahkan hasil. Namun, terapi yang berpijak pada pemikiran Stoa dan Marcus Aurelius ini tidak membutuhkan biaya apapun. Anda hanya perlu mencobanya, dan merasakan sendiri hasilnya. Jadi tunggu apa lagi?

Kenyataan dan Moralitas

Banyak orang hidup sekedar untuk mengumpulkan uang. Ia haus akan harta, guna memuaskan semua keinginannya. Orang-orang ini juga hidup untuk memperoleh nama baik. Ia mengira, uang dan nama baik akan memberikan kepenuhan hidup baginya.

Sayangnya, orang yang telah memperoleh uang banyak dan nama baik seringkali tidak kunjung merasa bahagia. Sebaliknya, mereka hidup dengan rasa takut akan kehilangan uang dan nama baik tersebut. Mereka melekat pada kedua benda itu. Dikiranya, tanpa kedua benda itu, hidupnya akan hancur.

Hidup dalam Ilusi

Inilah salah satu salah paham terbesar manusia dalam hidupnya. Ia mengira ilusi sebagai kenyataan. Akhirnya, ia hidup dalam kebohongan. Dari kebohongan lahirlah penderitaan yang mendorong dia untuk membuat orang-orang sekitarnya juga menderita.

Uang dan nama baik sejatinya adalah kosong. Keduanya adalah ilusi. Ketika kita lapar, kita tidak bisa makan uang. Ketika kita haus, kita tidak bisa minum nama baik. Uang dan nama baik adalah sesuatu yang rapuh, sementara dan, dalam banyak kasus, justru berbahaya.

Perang dan pembunuhan dilakukan demi uang dan nama baik. Mereka yang memperolehnya menjadi tergantung padanya. Hidupnya berada dalam keadaan kompetisi terus menerus dengan orang-orang lain yang dianggap sebagai lawannya. Ia hidup dalam tegangan dan penderitaan terus menerus.

Orang yang berhasil memperoleh uang dan nama baik juga akan tiba di tujuan yang sama dengan orang yang miskin dan memiliki reputasi jelek, yakni kehampaan batin. Alih-alih memberikan

kebahagiaan, uang dan nama baik justru membuat mereka takut dan agresif terhadap orang lain. Sejatinya, uang dan nama baik adalah sesuatu yang netral, yang bisa dipakai untuk mempertahankan hidup dan membantu orang lain. Namun, jika orang melekatkan dirinya pada kedua benda itu, maka masalah besar akan timbul.

Kriminalitas berakar dalam pada kelekatan manusia akan uang dan nama baik tersebut. Korupsi dan penipuan lahir dari kelekatan akan uang. Kehampaan dan ketergantungan pada narkoba serta alkohol lahir dari kelekatan pada nama baik. Semuanya adalah ilusi yang kosong dan rapuh.

Orang yang hidup semata untuk uang dan nama baik berarti hidup dalam ilusi. Mereka hidup dalam kepalsuan dan kebohongan. Justru mereka adalah orang-orang yang "lari dari kenyataan". Kenyataan yang sesungguhnya tidak ada hubungannya dengan kelekatan pada uang dan nama baik.

Maka dari itu, orang perlu untuk keluar dari ilusi yang mencengkramnya. Ia perlu keluar dari kebohongan dan penipuan yang ia peluk erat sebelumnya. Ia perlu untuk melihat dan memahami kenyataan sebagaimana adanya. Dari pemahaman tersebut, ia lalu bisa menjalani hidup yang penuh makna dan kebahagiaan.

Kenyataan Sebagaimana Adanya

Apa yang sesungguhnya nyata? Apa kenyataan sebagaimana adanya, tanpa bumbu kelekatan yang dibuat oleh pikiran dan perasaan manusia? Kenyataan apa adanya berarti kenyataan sebelum kita memikirkannya dalam konsep dan bahasa. Di dalam kenyataan ini, yang ada hanya satu hal, yakni kekosongan yang besar.

Kekosongan yang besar ini adalah keadaan asali dari seluruh alam semesta. Ia juga menjadi bagian tersebar dari seluruh alam semesta. Segalanya lahir dari kekosongan besar, dan kemudian berakhir pada kekosongan semacam itu pula. Pemahaman semacam ini merupakan

buah dari penelitian astrofisika dan fisika modern yang menemukan, bahwa unsur terkecil materi adalah kekosongan.

Dalam konteks ini, orang lalu diajak untuk hidup dengan berpijak pada kenyataan sebagaimana adanya. Ia diajak untuk melepaskan semua kelekatan pada uang, nama baik, pikiran maupun perasaannya. Di dalam kekosongan yang luas ini, orang akan menemukan kejernihan dan kedamaian. Ia lalu bisa menjalani hidupnya penuh kebahagiaan, sekaligus membantu orang lain di dalam prosesnya.

Bagaimana cara melepaskan semua kelekatan, pikiran dan perasaan? Yang jelas, orang perlu melepaskan semua bentuk kelekatan pada uang dan nama baik. Setelah itu, ia perlu melepaskan semua kelekatannya pada ide, identitas, harapan, ketakutan dan segala bentuk perasaan maupun pikiran yang muncul di kepalanya. Ia lalu sampai pada kekosongan itu sendiri, yakni kenyataan sebagaimana adanya.

Pada titik ini, orang menemukan kejernihan dan kedamaian. Namun, ini belum cukup. Pada titik ini, orang justru seringkali melekat pada kekosongan itu sendiri, yakni melekat pada ide tentang kekosongan yang juga bisa menggiringnya pada penderitaan dan kehampaan batin. Maka dari itu, ia harus bergerak maju dengan melepaskan kekosongan itu sendiri, yakni melepaskan ide tentang kekosongan.

Ketika ia melepaskan kelekatannya pada kekosongan, ia lalu kembali ke dunia. Ia kembali hidup dan bergerak di dalam masyarakat. Namun, ia hidup dalam kebebasan yang sejati, yakni kebebasan dari kelekatan pada apapun. Ia bisa berpikir, merasa, mencari uang, dan memperoleh nama baik, namun semua itu dilihatnya hanya sebagai alat untuk membantu alam semesta itu sendiri, dan bukan tujuan dari hidup itu sendiri.

Moralitas yang Baru

Orang yang telah menyentuh kenyataan sebagaimana adanya akan sampai pada kesadaran, bahwa segala hal di alam semesta ini satu dan sama. Semua orang adalah bagian dari segala sesuatu. Tidak ada keterpisahan. Yang ada hanya kesatuan dan kesalingbergantungan satu sama lain.

Ia lalu tidak akan berbuat jahat pada orang lain. Ia tidak akan menyakiti apapun dan siapapun, karena ia sepenuhnya sadar, bahwa ia adalah segala sesuatu, dan segala sesuatu adalah dia. Tidak ada yang disebut sebagai diri pribadi yang terpisah dari alam semesta dengan segala isinya.

Inilah moralitas yang baru. Ia tidak lagi berpijak pada perintah, himbauan, pahala ataupun hukuman, tetapi pada sikap batin alamiah manusia yang berpijak pada pemahaman tentang kenyataan sebagaimana adanya. Ia tidak lagi lari dari kenyataan, melainkan memeluk kenyataan itu di dalam batin dan pikirannya. Ini adalah cinta yang sesungguhnya. Orang yang hidup dengan cara semacam ini akan membawa kebahagiaan bagi dunia di sekitarnya.

Agama, Alam dan Alat

Laudato si adalah salah satu teks paling indah, jujur, lugas, mendalam, ilmiah, filosofis dan teologis yang pernah saya baca di dalam hidup saya.1 Jujur saja, ketika membacanya, saya menangis terharu dan bangga. *Laudato si* (terjemahan: Terpujilah Engkau, Tuhan) adalah ensiklik2 terbaru dari Paus Fransiskus, pimpinan tertinggi Gereja Katolik Roma. Menurut Michael Schöpf, pimpinan *Institut für Gesellschaftspolitik, Hochschule für Philosophie München*, ensiklik ini bukanlah semata tulisan resmi Gereja Katolik Roma tentang lingkungan hidup.3 Ini adalah tulisan tentang kaitan antara krisis lingkungan hidup dan krisis sosial dalam bentuk ketidakadilan global. Keduanya memiliki kaitan yang amat erat sekaligus akar yang sama. Keduanya hanya bisa diatasi dengan kerja sama yang erat dari berbagai pihak, mulai dari politik, agama dan ekonomi.

Johannes Wallacher, pimpinan *Hochschule für Philosophie München*, melihat kritik tajam Paus Fransiskus terhadap orang-orang yang masih menyangkal adanya perubahan iklim di dunia sekarang ini. Para penyangkal ini adalah orang-orang yang memiliki kepentingan tertentu di politik dan ekonomi, guna memperkaya dirinya sendiri dengan merugikan orang lain. Wallacher menegaskan, bahwa Paus Fransiskus amat menekankan keterhubungan antara segala sesuatu, terutama hubungan antar manusia, dan hubungan antara manusia dan alam. Tulisannya merumuskan fondasi yang menyeluruh dan mendalam untuk menjadi dasar bagi perkembangan peradaban manusia secara global. Dialog yang seimbang antara ilmu pengetahuan, politik dan agama adalah kuncinya.

Michael Reder, filsuf politik asal München, juga melihat aspek tanggung jawab pribadi dalam kaitan dengan pelestarian lingkungan hdup dan ketidakadilan global. Tanggung jawab pribadi ini terwujud

di dalam perubahan mendasar pola hidup sehari-hari, terutama mereka yang hidup di negara-negara industri. Ia juga melihat pengaruh besar tulisan Paus ini untuk pola pendidikan di sekolah-universitas dan pola asuh orang tua di keluarga. Arahnya adalah kesadaran ekologis dan pengembangan ilmu pengetahuan yang berpijak pada pelestarian lingkungan hidup dan keadilan sosial. Hanya dengan jalan ini, kemiskinan global dan pengrusakan lingkungan hidup akibat tindakan manusia bisa diatasi.

Laudato si

Ensiklik "Laudato si" merupakan langkah penting dalam dialog antara agama dengan lingkungan hidup di dalam dunia berteknologi modern sekarang ini.4 Bagian awal tulisan tersebut menjabarkan tantangan manusia sekarang ini dalam hubungan dengan lingkungan hidup. Seperti disinggung sebelumnya, tantangan tersebut juga tidak bisa dilepaskan dari salah satu tantangan terbesar global sekarang ini, yakni kemiskinan. Ada kaitan yang amat erat antara sikap melestarikan lingkungan hidup dengan perjuangan untuk menghapuskan kemiskinan dari muka bumi ini.

Di banyak negara, dua hal itu tampak dalam krisis air bersih dan krisis pangan. Di dalam dua bentuk krisis ini, kemiskinan tak bisa dipisahkan dari kerusakan lingkungan hidup, akibat penggunaan teknologi yang tidak bertanggung jawab. Ini adalah salah satu tantangan terbesar umat manusia di awal abad 21 ini. Di bagian dunia lainnya, orang hidup dengan foya-foya, seringkali tanpa pertimbangan. Inilah yang disebut sebagai "budaya membuang-buang" (*Wegwerfkultur*). Akibatnya, bumi dipenuhi dengan sampah yang seharusnya bisa didaur ulang.

Maka, krisis lingkungan hidup dan kemiskinan global tak bisa juga dipisahkan dari gaya hidup manusia. Kritik ekologis dan kritik sosial tidak dapat dipisahkan. Agama memainkan peranan besar di dalam

gerakan sosial guna menopang kritik semacam ini, yakni kritik terhadap kecenderungan konsumsi berlebihan dan tindakan tidak bertanggung jawab dalam kaitan dengan lingkungan hidup dan kemiskinan global.

Teknologi, Ekologi dan Dialog

Ada beberapa konsep penting di dalam ensiklik ini. Yang pertama adalah konsep teknologi, atau teknik. Kata ini merujuk pada perkembangan pesat teknologi modern yang tidak berjalan searah dengan perkembangan kesadaran moral manusia. Akibatnya, teknologi modern tersebut justru menghancurkan hidup manusia dan alam itu sendiri.

Konsep kritik teknologis ini terkait dengan konsep kedua, yakni kritik masyarakat. Ensiklik tulisan Paus Fransiskus ini langsung mengritik hubungan-hubungan kekuasaan yang tidak adil, yang menjadi dasar dari sistem politik dan sistem ekonomi dunia sekarang ini. Dalam konteks ini, ada dua bentuk tanggung jawab yang perlu diperhatikan, yakni tanggung jawab pribadi sebagai pelaku utama di bidang politik dan ekonomi, dan tanggung jawab bersama dalam bentuk solidaritas global. Fokus kepedulian dari Ensiklik ini adalah kehidupan orang-orang miskin di berbagai belahan dunia. Mereka adalah orang-orang yang kalah ataupun tak punya kesempatan untuk menikmati kemakmuran global. Mereka adalah korban dari ketidakadilan sistem ekonomi dan sistem politik global.

Konsep penting kedua adalah ekologi, yakni kesadaran akan pelestarian lingkungan hidup sebagai rumah bagi semua kehidupan di bumi. Ia memberikan kehidupan bagi semua, tanpa kecuali. Segala mahluk hidup berkembang di bawah naungannya. Di dalam alam terdapat jaringan yang luar biasa luas dan rumit antara berbagai hal. Tidak ada yang bisa berdiri sendiri, tanpa jaringan raksasa ini. Sebagai keseluruhan, segalanya adalah satu. Kita adalah bagian dari segalanya, dan segalanya adalah bagian dari kita. Dengan cara berpikir ini,

kita harus hidup dan membuat keputusan di dalam politik maupun ekonomi, yakni dari sudut pandang keseluruhan alam semesta, serta segala isinya, dan bukan dari sudut pandang pribadi atau kelompok kita semata.

Di dalam kerangka berpikir ini, kritik ekologi sekaligus adalah kritik atas ketidakadilan sosial di dalam masyarakat, terutama dalam bentuk kemiskinan global sekaligus kesenjangan sosial yang begitu besar antara yang kaya dan yang miskin. Dasar dari ensiklik ini adalah tradisi biblis dan teologis di dalam Gereja Katolik Roma, sekaligus penelitian-penelitian di dalam ilmu pengetahuan, terkait dengan permasalahan lingkungan hidup dan kemiskinan global. Seruan utamanya adalah pembangunan bersama bumi ini sebagai rumah bagi semua, tanpa kecuali. Kritik ekologi (*Ökologie*, rumah bersama) tidak hanya berarti berpikir kritis tentang lingkungan hidup, melainkan juga berpikir dari sudut pandang keseluruhan semesta.

Konsep penting lainnya adalah konsep ekologi manusia (*Humanökologie*). Konsep ini telah lama menjadi bagian dari seruan Gereja Katolik Roma soal pelestarian lingkungan hidup, terutama oleh Paus Yohanes Paulus II. Konsep ini terkait dengan konsep ekologi budaya (*Kulturökologie*) yang mengacu pada arah hidup yang baik dalam kaitan antara manusia dengan alam. Konsep ini mengalir deras di dalam tulisan Paus Fransiskus ini. Umat manusia membutuhkan perubahan mendasar gaya hidup, sehingga mereka bisa hidup secara harmonis dan bertanggung jawab dengan seluruh alam ini.

Paus juga mengritik tajam soal pandangan antroposentrik yang mengakar begitu kuat di dalam peradaban modern. Pandangan ini melihat manusia sebagai ukuran dari segalanya. Seluruh alam dilihat sebagai obyek untuk pemenuhan kebutuhan manusia. Ini pandangan yang salah dan merusak. Di dalam tulisannya, Paus Fransiskus menekankan arti penting dari hewan dan tumbuhan sebagai bagian dari semesta. Hanya dengan begini, kita bisa hidup dalam ekosistem bersama yang lestari. Di dalam ekosistem yang lestari (*nachhaltig*)

semacam ini, kelestarian lingkungan hidup bisa terjaga, dan tidak ada kemiskinan global, akibat dari kerusakan lingkungan ataupun ketidakadilan global.

Tulisan Paus Fransiskus ini berasal dari beragam konferensi dan penelitian yang dilakukan oleh Akademi Ilmu Pengetahuan Vatikan dan Komisi Keadilan dan Perdamaian di Vatikan. Beragam konferensi dan penelitian ini sampai pada satu kesimpulan, bahwa kesalahan tata kelola politik dan ekonomi, terutama dalam kaitan dengan teknologi, telah membuat perubahan iklim mendasar di bumi ini. Perubahan iklim menciptakan banyak bencana alam, seperti krisis pangan dan krisis air bersih, di berbagai tempat. Melalui tulisan dalam bentuk Ensiklik ini, Paus Fransiskus ingin membangun kesadaran global akan pentingnya mengubah seluruh tata kelola mendasar politik dan ekonomi dunia sekarang ini. Ia juga melakukan kritik tajam pada para penyangkal perubahan iklim (*Klimaskeptiker*) yang menolak adanya fenomena perubahan iklim yang sebagian terjadi, karena ulah manusia yang tak bertanggung jawab.

Bumi adalah rumah bagi semua, termasuk manusia di dalamnya. Semua ajaran etika sosial dan filsafat politik berpijak pada pengandaian mendasar ini. Karena bumi adalah rumah bagi semua, maka adalah tanggung jawab kita semua untuk melestarikannya. Ini sudah selalu menjadi bagian dari ajaran filosofis dan teologis di dalam Gereja Katolik Roma. Salah satu hal nyata yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan perlindungan nyata bagi para pengungsi yang harus meninggalkan kampung halamannya, karena kerusakan lingkungan hidup yang parah. Mereka tidak bisa mendapatkan air bersih dan gizi yang memadai di kampung halaman mereka, akibat kerusakan lingkungan yang terjadi.

Konsep dialog juga menjadi bagian penting dari tulisan Paus Fransiskus. Dialog disini berarti dua hal, yakni dialog di *dalam* agama dan dialog *antar* agama. Dialog menjadi kunci penting untuk melakukan perubahan bersama, terutama untuk mengubah pemikiran orang-

orang yang merasa, bahwa masalah lingkungan hidup dan masalah ketidakadilan global adalah masalah bohongan. Dialog juga menjadi jalan utama, supaya para penyangkal masalah global ini bisa kembali menatap kenyataan yang ada, dan mencari jalan keluar bersama.

Beragam argumen yang diajukan di dalam Ensiklik ini juga merupakan hasil dari dialog dengan Gereja Dunia. Paus Fransiskus mengutip banyak sekali surat-surat dari beragam Keuskupan Gereja Katolik Roma di berbagai tempat di dunia. Ini adalah pertama kalinya dalam sejarah, seorang Paus, sebagai pimpinan tertinggi lembaga keagamaan terbesar di dunia, memberikan ruang besar bagi suara-suara di luar Vatikan dan di luar Eropa. Suara dan aspirasi dari berbagai gereja dunia di Afrika, Asia, Amerika, Eropa dan Australia mendapatkan tempat yang seimbang di tulisan Paus Fransiskus terbaru ini.

Di sisi lain, Paus Fransiskus juga mengutip banyak pendapat dari para pimpinan dan tokoh agama lain. Ini juga menjadi sejarah baru bagi Gereja Katolik Roma. Ini menandakan adanya usaha untuk bekerja sama dengan berbagai agama di dunia, guna menghadapi tantangan kerusakan lingkungan hidup dan ketidakadilan global secara bersama-sama. Inti dari dialog ini adalah seruan untuk mengubah pola hidup konsumtiv yang telah menciptakan begitu banyak sampah setiap harinya, dan akibatnya membawa kerusakan lingkungan hidup dan bencana alam lainnya di berbagai tempat di dunia. Pola hidup konsumtiv semacam ini juga dianggap tidak pantas, terutama mengingat masih begitu besarnya kesenjangan sosial antara si kaya dan si miskin di berbagai belahan dunia sekarang ini.

Metode penulisan teks ini juga perlu diperhatikan. Paus Fransiskus menggunakan metode melihat-menilai-bertindak. Semua analisis dilakukan atas dasar hal-hal yang sungguh terjadi di dalam kehidupan manusia, yakni krisis lingkungan hidup dalam kaitan dengan ketidakadilan dan kemiskinan global. Ini membuat tulisannya menjadi nyata dan jelas, serta tidak lagi dipenuhi dengan pesan-pesan religius

yang seringkali abstrak dan tak berguna. Paus Fransiskus juga banyak menggunakan bahasa-bahasa yang indah dan jelas, sehingga tulisan ini amat mudah dimengerti oleh semua orang. Di samping itu, ia juga banyak mengutip dari ajaran tradisional Gereja Katolik Roma, tanpa kehilangan pendasaran pada kenyataan konkret yang terjadi di lapangan.

Harapan dan Spiritualitas

Tulisan Paus Fransiskus ini bukanlah sebuah ratapan. Sebaliknya, ini adalah seruan, bahwa perubahan ke arah yang lebih baik untuk semua itu mungkin. Ini juga adalah ungkapan syukur, bahwa lepas dari segala masalah dan tantangan yang ada, banyak orang mulai terlibat ambil bagian untuk menjadi jalan keluar dari beragam masalah dan tantangan yang ada. *Laudato si* adalah seruan perubahan yang berpijak pada harapan.

Paus Fransiskus menjadikan spiritualitas Santo Fransiskus Asisi sebagai dasar. Fransiskus Asisi adalah simbol bagi kesucian, kesederhanaan, dialog dan pelestarian lingkungan hidup di dalam Gereja Katolik Roma. Ia adalah orang suci yang memberikan teladan nyata bagi hidup banyak orang, tidak hanya orang Katolik. Di dalam pandangannya, seluruh alam ini adalah saudara. Binatang adalah saudara. Tumbuhan adalah saudara. Tidak ada perbedaan dan pertentangan antara manusia dan alam semesta.

Paus Fransiskus juga banyak mendapatkan pengaruh dari spiritualitas alamiah dari Amerika Selatan. Di dalam spiritualitas ini, alam dilihat sebagai ibu dan rumah untuk semua. Dari sudut pandang ini, manusia harus membangun tata politik dan tata ekonomi yang baru dalam kaitan dengan bumi sebagai rumah untuk semua, tanpa kecuali. Hanya dengan ini, kehidupan yang bermutu untuk semua bisa diwujudkan di dunia ini. Ini tidak hanya sejalan dengan ajaran Gereja Katolik Roma, tetapi juga dengan ajaran semua agama dan filsafat yang

pernah ada di muka bumi ini. Harapannya, tulisan Paus Fransiskus ini bisa mendorong perubahan nyata di dunia.

Kritik atas *Laudato si*

Ensiklik *Laudato si* ini merangsang banyak perdebatan di masyarakat luas. Beragam pujian dan kritik datang begitu cepat dan begitu intens. Secara pribadi, saya memiliki tiga kritik atas Ensiklik ini. Walaupun, Ensiklik ini, pada hemat saya pribadi, sungguh merupakan pencapaian luar biasa di dalam Gereja Katolik Roma dan dunia sebagai keseluruhan.

Pertama, agama-agama Timur Tengah (Yahudi, Kristen dan Islam) memang memiliki akar antroposentrisme yang kuat. Manusia dilihat sebagai titik pusat dan bahkan mahluk terpenting di seluruh semesta. Pandangan ini begitu kuat mengakar, sehingga kerap tidak lagi dipertanyakan secara kritis. Tulisan Paus Fransiskus ini juga tidak lepas dari pengandaian, bahwa manusia adalah mahluk terpenting di dalam alam ini, walaupun ia berkata sebaliknya. Antroposentrisme tersembunyi ini telah membawa akibat jelek untuk banyak hal, mulai dari kerusakan alam (karena diperas habis untuk kepentingan manusia), egoisme ekstrem (karena merasa paling penting dan paling berharga) sampai dengan beragam penyakit kejiwaan (depresi dan stress akut), akibat kesalahan berpikir. Selama Gereja Katolik Roma masih belum sadar akan antroposentrisme tersembunyi ini, selama itu pula ia bisa memperparah masalah, justru ketika ia berusaha berbuat baik.

Kedua, kemunafikan sering menjadi masalah bagi orang-orang yang berusaha berbuat baik. Ada jurang besar antara kata, pikiran dan tindakan nyata. Dalam beberapa hal, ini memang tak mungkin dihindarkan. Kita memiliki cita-cita indah. Namun, kita seringkali bertindak dari kebutuhan akan kekuasaan serta kenikmatan. Semua orang di muka bumi ini pasti mengalami ini. Saya rasa, sampai batas tertentu, jurang, atau kemunafikan, semacam ini bisa diterima.

Namun, dalam banyak hal, jurang antara kata dan tindakan masih begitu besar di dalam Gereja Katolik Roma. Pemerkosaan terhadap anak kecil di berbagai belahan dunia oleh para pemuka agama Katolik dan intoleransi terhadap perbedaan (kaum Gay, transeksual, dan kepentingan kaum perempuan) masih menjadi masalah besar di dalam Gereja Katolik Roma, lepas dari cita-cita indah yang mereka suarakan. Ini tentu harus menjadi perhatian lebih jauh.

Ketiga, Gereja Katolik Roma jelas amat terlambat dalam hal kesadaran lingkungan hidup. Terlalu lama kita melihat dalam sejarah, Gereja Katolik Roma berpelukan dengan kekuasaan yang korup demi uang dan kejayaan politik semata. Kita masih ingat semboyan penjajahan dan penindasan Eropa atas seluruh dunia: *Gold, Glory and Gospel* (Emas, Kejayaan dan Injil Kristiani). Ini juga memberikan pengaruh besar bagi pengrusakan lingkungan dan pelanggaran hak-hak asasi manusia yang melahirkan ketidakadilan global. Bisa dibilang, dalam banyak hal, Gereja Katolik Roma terkait erat dengan para pelaku pengrusakan lingkungan hidup dan pelanggaran hak-hak asasi manusia di masa lalu. Semua ini membuat Gereja Katolik Roma terlambat untuk sadar akan apa yang penting dalam hidup bersama kita di dunia. Dibandingkan dengan ajaran Filsafat Timur (Buddhisme, Taoisme dan Hinduisme) yang selalu menekankan keterkaitan antara segala sesuatu, Gereja Katolik Roma tertinggal jauh dalam soal kesadaran ekologis. Namun, seperti banyak orang bilang, lebih baik terlambat, daripada tidak sama sekali. Begitu bukan?

Satu Paket

Di dalam hidup, kita cenderung mencari senang dan nikmat. Kita berusaha menghindari semua bentuk penderitaan. Kita mau apa yang kita anggap baik untuk hidup kita. Dan kita juga berusaha menyingkirkan apa yang kita anggap jelek untuk kita.

Namun, hidup tidak bisa seperti itu. Hidup tidak melulu enak, walaupun kita berusaha untuk selalu mencari yang enak dan nikmat. Hidup juga tidak selalu susah, walaupun seringkali, kita merasa begitu. Di dalam hidup, kita tidak bisa memperoleh kenikmatan, tanpa penderitaan yang mengikutinya.

Satu Paket

Hidup itu satu paket. Istilahnya, kita memiliki bayi yang manis dan cantik, tetapi juga gemar kencing dan berak. Ia cantik dan manis, tetapi juga bau dan jorok. Ia satu paket, dan kita tidak punya pilihan lain, selain menerimanya sebagai satu paket.

Anda ingin menjadi cerdas? Orang cerdas kerap menjadi sangat kritis dan analitis. Dua sikap ini membuat orang kerap jatuh ke dalam penderitaan batin, dan konflik dengan orang lain. Jadi, cerdas pun tidak bisa dilepas dari penderitaan batin semacam itu. Satu paket.

Anda ingin sukses? Orang sukses kerap harus bekerja lebih keras. Nantinya, ia juga seringkali menjadi begitu melekat dengan kesuksesannya, dan amat kecewa, ketika ia gagal. Kesuksesan dan ketegangan batin semacam ini juga satu paket.

Anda ingin punya pacar cantik, atau ganteng? Punya pacar ganteng atau cantik memang menyenangkan. Namun, ada resiko besar disini, karena anda pasti banyak saingan berat di luar sana yang juga

menyukai pacar anda. Punya pacar ganteng dan cantik pun juga diikuti dengan ketegangan serta penderitaan tertentu. Satu paket.

Anda ingin menikah dan berkeluarga? Ini memang terdengar indah. Namun, hidup berkeluarga kerap dipenuhi tuntutan-tuntutan. Ia juga penuh dengan penderitaan.

Anda ingin tidak menikah? Tidak menikah memang enak, karena anda tidak punya banyak tanggung jawab. Namun, kesepian kerap begitu membuat dada sesak, apalagi ketika dibandingkan dengan hidup teman-teman anda yang menikah. Jadi menderita juga bukan?

Jadi, anda ingin hidup nikmat? Jika ya, maka bersiaplah untuk menanggung penderitaan. Nikmat dan derita itu selalu satu paket dalam hidup. Tidak ada pilihan lain. Sengsara membawa nikmat, dan nikmat membawa sengsara. Begitulah hidup ini, *it is the way it is*.

Melampaui Paket

Namun, sejatinya, sengsara atau nikmat itu ciptaan pikiran kita. Tidak ada sengsara mutlak, dan tidak ada nikmat mutlak. Semua itu hanya label-label yang kita tempel. Label-label itu semu.

Kalau kita sepenuhya sadar akan hal ini, hidup kita akan jernih dan damai. Tidak ada sengsara. Tidak ada nikmat. Semuanya dilakukan, dan kita jalan terus dalam hidup.

Semua adalah ”apa adanya”. Tidak baik, dan tidak buruk. Tidak benar dan tidak salah. Bukan penderitaan dan bukan juga kenikmatan. Lakukan apa yang perlu dilakukan disini serta saat ini, dan sisanya, jalan terus!!!! Jalan terus dalam kehidupan ini, tanpa menoleh ke belakang,…atau ke samping. Ini adalah kebijaksanaan tertinggi dalam hidup.

Setuju?

Omong Kosong

Kita hidup di dalam masyarakat yang penuh dengan omong kosong. Berita-berita di media dipelintir untuk mencipakan sensasi dan kegelisahan sosial di masyarakat. Dengan begitu, stasiun televisi lalu mendapatkan pemasukan iklan yang lebih besar. Iklan dan berbagai propaganda bohong lainnya juga memenuhi jaringan sosial kita.

Akibatnya, kita tidak bisa membedakan antara kenyataan dan penipuan. Pikiran kita tertipu oleh fitnah dan propaganda di berbagai media. Uang kita juga habis, karena sering salah ambil keputusan, akibat kurangnya informasi yang akurat. Waktu dan tenaga kita pun terbuang percuma untuk hal-hal yang tidak penting.

Di sisi lain, keluarga dan orang-orang yang kita sayangi terabaikan. Kita sibuk mengejar omong kosong, dan melupakan apa yang sungguh penting dalam hidup. Hidup kita tersesat, namun seringkali kita tidak menyadarinya. Pada akhirnya, kita pun menderita, dan membuat orang-orang di sekitar kita menderita.

Omong Kosong

Omong kosong adalah kebohongan yang dibungkus dengan cara-cara tertentu, sehingga ia tampak sebagai benar. Omong kosong diciptakan dan disebar untuk memenuhi kepentingan pihak-pihak tertentu. Di Indonesia sekarang ini, ada dua kepentingan yang secara langsung ditopang oleh omong kosong ini, yakni fanatisme agama dan konsumtivisme ekonomi. Keduanya mengakar begitu dalam dan tersebar begitu luas di Indonesia.

Agama di Indonesia, dan mungkin di seluruh dunia, menyebarkan begitu banyak omong kosong, sehingga menutupi pesan luhur dan sejati agama tersebut. Omong kosong ini lalu menciptakan fanatisme

yang akhirnya berujung pada kekerasan. Omong kosong ini juga menciptakan pembodohan di berbagai bidang, mulai dari larangan untuk sekolah, sampai dengan penindasan pada kaum perempuan. Omong kosong ini juga sejatinya melestarikan tata masyarakat feodal yang menguntungkan segelintir kecil orang, dan merugikan masyarakat secara luas.

Omong kosong juga tersebar begitu luas di bidang ekonomi. Orang dirayu untuk terus membeli barang yang ia tidak perlu, walaupun uangnya terbatas untuk melakukan itu. Akibatnya, banyak orang hanya hidup untuk bekerja, menabung dan membeli barang-barang lebih banyak lagi. Mereka kehilangan kepedulian pada kehidupan bersama, dan berubah menjadi robot-robot bodoh yang doyan berbelanja.

Yang juga menyedihkan, institusi pendidikan juga banyak menyebar omong kosong. Mereka membalut segala bentuk omong kosong dengan penelitian (yang juga omong kosong), sehingga tampak ilmiah dan bisa dipercaya oleh masyarakat. Milyaran rupiah dikeluarkan untuk membiayai penelitian omong kosong untuk menopang omong kosong pula. Pendidikan berubah menjadi pembodohan dan pusat penelitian berubah menjadi pusat omong kosong.

Anti Omong Kosong

Dengan demikian, kita semua perlu belajar untuk mendeteksi omong kosong di sekitar kita. Kita perlu melihat kotoran sebagai kotoran, dan bukan sebagai makanan enak. Kita perlu berhenti untuk menelan mentah-mentah omong kosong yang disebarkan oleh agama dan ekonomi. Kita perlu kembali ke pesan asali agama dan ekonomi, yakni untuk kesejahteraan batin dan kesejateraan sosial.

Dua hal kiranya penting disini. Pemikiran kritis yang ditawarkan filsafat amat berguna untuk mendeteksi segala bentuk omong kosong di sekitar kita. Filsafat kritis perlu diajarkan secara luas di masyarakat. Filsafat tidak boleh diajarkan sebagai dogma untuk membenarkan

ajaran agama tertentu, seperti yang banyak terjadi di Indonesia, dan berbagai negara lainnya.

Namun, filsafat kritis harus juga diimbangi dengan pemikiran Zen yang berkembang di dalam Filsafat Timur. Zen mengajarkan orang untuk menyadari jati diri sejatinya, yang lebih dari sekedar pikiran maupun emosi yang muncul di kepalanya. Dengan kata lain, Zen mengajak orang untuk menjaga jarak dari pikirannya sendiri. Ini amat penting, sehingga orang tidak larut dan tenggelam di dalam pikiran kritisnya.

Hanya dengan begini, kita bisa terlindungi dari beragam omong kosong di masyarakat kita, dan tidak terjebak pada omong kosong di kepala kita sendiri.

Akar dari Segala Kecanduan

Kita hidup di dunia yang penuh dengan orang yang kecanduan. Ada orang yang kecanduan belanja. Mereka merasa hampa dan menderita, jika tidak belanja. Ada yang kecanduan kerja. Mereka merasa hidup mereka tak berharga, jika tak bekerja dengan rajin.

Ada orang yang kecanduan bermain, atau sekedar nongkrong, sambil ngerokok dan minum bersama teman-temannya. Mereka merasa kesepian dan ketinggalan berita, jika tidak rajin nongkrong. Sekarang ini, banyak orang kecanduan internet, terutama jaringan sosial. Mereka merasa tak bisa hidup, jika tidak mengecek situs jaringan sosial mereka.

Yang paling parah tentu kecanduan narkotika. Mereka merusak dirinya sendiri dengan memakan obat-obat terlarang. Namun, mereka merasa tak berdaya di hadapan kecanduannya tersebut. Akhirnya, banyak orang menghancurkan hidupnya dan keluarganya, karena kecanduan narkotika semacam ini.

Ciri Kecanduan

Ciri utama dari segala bentuk kecanduan adalah ilusi, bahwa kita tidak dapat hidup, tanpa melakukan hal-hal tertentu, seperti belanja, seks, nongkrong dan sebagainya. Semua itu seolah seperti udara bagi hidup kita. Ia perlu untuk segera dipenuhi sesegera mungkin. Dengan kata lain, kita melekat pada suatu hal, sehingga hidup kita terasa hampa dan menderita, jika kita tidak memilikinya.

Dalam arti ini, ambisi juga adalah suatu bentuk kecanduan. Banyak orang dididik untuk memiliki ambisi dalam hidupnya. Sedari kecil, mereka dilatih untuk merumuskan dan mewujudkan ambisi pribadi mereka, seringkali dengan mengorbankan orang lain. Namun, ketika ambisi ini tidak terwujud, atau justru terwujud, yang tersisa seringkali hanya perasaan hampa.

Ciri kedua kecanduan adalah ia akan merusak hidup orang tersebut. Hidup orang yang kecanduan akan terpaku pada satu hal, dan melupakan banyak hal lainnya. Keseimbangan hidup pun rusak. Akibatnya, dimensi spiritual dirinya rusak, dan akhirnya juga merusak hubungannya dengan orang lain.

Banyak orang memutuskan untuk bunuh diri, karena penderitaan yang ia alami, akibat kecanduan. Banyak juga yang memutuskan untuk membunuh orang lain, supaya bisa memenuhi kecanduannya. Pendek kata, kecanduan membuat orang menjadi ”gila”. Mengapa orang mengalami kecanduan ini? Apa akar penyebabnya?

Akar dari Segala Kecanduan

Akar dari segala bentuk kecanduan adalah kecanduan untuk berpikir. Kecanduan berpikir adalah kecenderungan orang untuk terus berpikir, tanpa bisa dihentikan. Ia terus menganalisis segala sesuatu yang ada di depannya, bahkan ketika ia tidur. Pada satu titik,

pikirannya hangus, dan ia jatuh ke dalam depresi, stress dan beragam penyakit kejiwaan lainnya.

Ketika orang berpikir dan menganalisis berlebihan, dirinya akan tegang. Ketidakpuasan muncul di dalam dirinya. Ada perasaan menderita yang muncul, karena pikiran yang tak lagi terkendali. Masa lalu, masa kini dan masa depan tumpang tindih, dan membuatnya segala sesuatu terlihat sulit dan membingungkan.

Ketegangan dan ketidakpuasan tentu perlu diredakan. Orang lalu mencari cara-cara tertentu, seperti belanja, minum, nongkrong, jalan-jalan atau seks. Namun, semua cara-cara itu tidak akan pernah bisa meredakan ketegangan sepenuhnya. Orang pun semakin menderita, dan justru jatuh ke dalam kecanduan-kecanduan lainnya.

Kecanduan berpikir melahirkan analisis berlebihan atas segala sesuatu. Ini juga menciptakan kecemasan-kecemasan yang tidak perlu. Orang lalu membayangkan hal-hal terburuk terjadi pada dirinya, atau pada orang-orang yang ia sayangi. Disini juga sama, bahwa hal-hal sementara, seperti belanja, seks dan nongkrong, tidak akan menyelesaikan masalah, namun justru melahirkan kecanduan baru. Lalu, kita harus bagaimana?

Melampaui Kecanduan

Kita hanya perlu untuk berhenti berpikir. Kita perlu melepaskan diri dari kecanduan berpikir yang kita alami. Ini penyakit khas manusia modern yang selalu memikirkan segala sesuatu, sampai pikirannya pecah. Akan tetapi, bagaimana cara untuk berhenti berpikir?

Caranya tidak dengan mencari keluar diri, seperti belanja dan sebagainya, tetapi melihat ke dalam. Kita mencoba untuk merasakan nafas kita. Ketika kita merasakan nafas kita, pikiran berhenti, walaupun sesaat. Ketika kita melakukannya lebih lama, maka pikiran juga akan berhenti lebih lama.

Ketika pikiran berhenti, intuisi terlatih. Intuisi terbentuk melalui persentuhan diri kita langsung dengan realitas. Jadi, misalnya. ketika kita makan, rasakan makanan kita sepenuhnya. Ketika itu terjadi, pikiran kita berhenti, dan yang ada hanya persentuhan langsung dengan makan.

Setelah beberapa melakukan ini di berbagai kegiatan, pikiran kita akan lebih tenang. Kecanduan berpikir mulai hilang secara perlahan. Kecanduan-kecanduan lainnya pun juga perlahan berkurang. Secara keseluruhan, hidup kita akan membaik.

Kita lalu akan sadar, bahwa diri kita bukanlah pikiran kita. Pikiran kita hanya bagian kecil dari diri kita. Pikiran itu seperti awan yang berganti, walaupun langit biru tetap membentang luas di belakangnya. Kita adalah langit biru itu.

Ga percaya? Coba deh.

Mengapa Indonesia Miskin?

Mengapa Indonesia miskin? Padahal, jumlah rakyatnya banyak. Banyak yang berbakat, cerdas dan mau bekerja keras untuk mengembangkan diri dan bangsanya. Kekayaan alam pun berlimpah ruah.

Kita memiliki minyak, gas dan beragam logam sebagai sumber daya alam yang siap untuk diolah. Kita memiliki tanah yang subur yang siap ditanami beragam jenis tanaman. Kita memiliki hutan yang luas yang bisa memberikan udara segar tidak hanya untuk bangsa kita, tetapi untuk seluruh dunia. Akan tetapi, mengapa kita masih miskin, walaupun kita memiliki itu semua?

Keadaan Kita

Di satu sisi, banyak orang kesulitan untuk mencari pekerjaan yang layak. Mereka harus menerima fakta, bahwa pekerjaan mereka bersifat sementara. Mereka bisa dipecat sewaktu-waktu. Gajinya pun tidak layak untuk memberikan kehidupan yang layak.

Banyak juga orang yang kesulitan untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka. Mereka kesulitan mencari makan, sandang dan papan yang layak untuk manusia. Banyak juga keluarga yang hidup di dalam kemiskinan akut. Mereka tidak hanya mengalami kesulitan ekonomi berat, tetapi juga kerap kali sakit secara fisik.

Di sisi lain, ada orang-orang yang hidup dengan amat berkelimpahan. Gaji mereka puluhan bahkan ratusan juta setiap bulannya. Mereka hidup di rumah-rumah besar, seperti yang bisa kita lihat di berbagai perumahan mewah di berbagai kota di Indonesia. Mereka menggunakan mobil mewah setiap harinya.

Mereka berbelanja di mall-mall besar. Mereka berwisata ke ”negara-negara mahal” setiap tahunnya. Keadaan ini kontras berbeda dengan keadaan kelompok lainnya yang hidup dalam kemiskinan akut. Kesenjangan sosial antara si kaya dan si miskin begitu besar dan begitu terasa di Indonesia.

Jika ini dibiarkan, maka hidup bersama akan menjadi sulit. Keadaan hidup sehari-hari akan dipenuhi ketegangan, kecurigaan dan rasa takut antar warga. Kriminalitas meningkat. Dan sangatlah mungkin, bahwa kekerasan akan meledak di tingkat politik, misalnya dalam bentuk revolusi berdarah.

Lembaga dan Mentalitas

Yang mendorong suatu negara berkembang adalah kualitas lembaga publiknya, seperti berbagai lembaga pemerintah, penegak hukum, parlemennya, militer dan lembaga pendidikan. Mereka adalah lembaga yang dibiayai dengan uang rakyat, yakni pajak, dan bekerja untuk kepentingan seluruh rakyat, tanpa kecuali. Mereka bertanggungjawab untuk kesejahteraan publik rakyat Indonesia. Mereka adalah motor pembangunan.

Di Indonesia, lembaga-lembaga publik ini tidak bekerja dengan baik. Mayoritas dipenuhi korupsi. Uang rakyat digunakan untuk keperluan pribadi ataupun golongan semata. Akibatnya, banyak program untuk pengembangan kesejahteraan bersama tidak berjalan.

Lembaga-lembaga ini telah mengkhianati kepercayaan rakyat. Mereka mengingkari alasan keberadaannya, yakni demi kesejahteraan rakyat. Padahal, pimpinan-pimpinan utama mereka dipilih langsung oleh rakyat. Mengapa ini bisa terjadi?

Di berbagai negara yang makmur, lembaga publik berkembang lintas generasi. Mereka sudah diciptakan sejak ratusan tahun yang lalu. Banyak hal telah dipelajari, sehingga kini mereka bisa berfungsi dengan relatif baik. Ada mentalitas dan budaya yang sudah tercipta

di dalam berbagai lembaga publik tersebut, yang mendukung proses-proses kerja mereka.

Ini tidak terjadi di Indonesia. Lembaga-lembaga publik di Indonesia masih amat muda. Mereka tidak punya tradisi yang berkembang lintas generasi, seperti yang ditemukan di berbagai negara makmur. Mentalitas dan budaya lembaga yang ada hancur, akibat penjajahan selama ratusan tahun oleh Belanda, Inggris, Spanyol, Portugis dan Jepang, serta juga oleh Orde Baru Suharto.

Penjajahan telah merusak budaya dan mentalitas di Indonesia. Ini tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga di banyak negara Afrika dan Amerika Latin. Jejak-jejak penjajahan masa lalu yang dipenuhi kekerasan, perbudakan, penipuan, penghisapan, pembunuhan massal serta penghancuran tata nilai masih mempengaruhi kehidupan saat ini. Kehancuran budaya dan mentalitas ini pula yang membuat banyak lembaga publik di Indonesia dan di berbagai negara tersebut cacat.

Penjajahan Asing

Sejujurnya, penjajahan asing belum berakhir di Indonesia. Infrastruktur ekonomi dan budaya kita masih amat tergantung sama asing. Mayoritas perusahaan besar yang mempengaruhi kehidupan masyarakat Indonesia masih dimiliki oleh asing. Perjanjian kerja yang dibuat antara pemerintah dan berbagai perusahaan asing tersebut juga kerap kali tidak adil.

Banyak perusahaan asing mendirikan pabrik dan kantor di Indonesia. Mereka memanfaatkan standar gaji dan perlindungan pekerja yang rendah di Indonesia. Di beberapa tempat, mereka menggunakan kekerasan untuk menekan para pekerja. Para penegak hukum Indonesia disuap untuk diam, dan bahkan mendukung kekerasan yang terjadi.

Beragam pengolahan sumber daya alam juga masih dikuasai oleh pihak asing. Manajemen puncak masih dipegang oleh orang-orang asing. Mayoritas pekerja Indonesia hanya menjadi manajer rendah

atau pesuruh belaka, walaupun kemampuan mereka setingkat dengan para pekerja asing, atau bahkan lebih baik. Perjanjian kerja yang dibuat antara beragam perusahaan asing dan pemerintah Indonesia pun kerap kali juga tidak adil.

Yang lebih mengherankan lagi adalah soal struktur mata uang. Mengapa orang Eropa bisa dengan mudah liburan ke Indonesia, sementara kita sulit sekali untuk liburan ke Eropa? Yang jelas, mereka tidak lebih cerdas ataupun rajin, jika dibandingkan dengan orang Indonesia. Ini terjadi, karena struktur mata uang dunia yang tidak adil.

Saya masih heran sampai sekarang dengan struktur mata uang tersebut. Jika diperhatikan dengan jeli, ini adalah sistem warisan masa penjajahan dahulu, ketika bangsa-bangsa Eropa secara agresif menyerbu berbagai negara lain di dunia. Sistem mata uang dunia adalah sistem yang secara inheren tidak adil dan berbau penjajahan serta penindasan. Ini memberikan kerugian yang amat besar untuk Indonesia, sekaligus keuntungan yang berlimpah ruah untuk negara-negara Eropa dan Amerika Serikat.

Tata nilai kita juga kabur, akibat dominasi asing yang begitu kuat. Di satu sisi, banyak orang yang lebih bangga bergaya hidup Amerika dan Eropa, daripada menghayati nilai budaya tempat asalnya. Di sisi lain, banyak orang yang meniru budaya Arab, supaya kelihatan lebih saleh dan suci, walaupun sebenarnya dipenuhi kemunafikan. Kebingungan identitas antara budaya lokal Indonesia, budaya Arab Timur Tengah serta budaya AS dan Eropa ini berdampak luas, terutama dalam soal tata nilai yang menjadi dasar dari tindakan sehari-hari kita di Indonesia.

Tersangka koruptor tiba-tiba menggunakan jilbab, ketika disidang. Ayat-ayat agama digunakan untuk menindas dan merugikan orang lain. Orang tergila-gila dengan merk asing, walaupun harganya sangat tidak masuk akal, dan mutunya biasa-biasa saja. Orang rela jadi budak asing, supaya dapat uang receh, suap ataupun cipratan hasil korupsi.

Kerancuan tata nilai tersebut menciptakan kebingungan di banyak bidang, termasuk lembaga-lembaga publik kita. Tekanan suap dari pihak asing dan dominasi budaya yang dipenuhi kemunafikan membuat beragam lembaga publik kita tersendat. Tak heran, kita tetap ”miskin”, walaupun sebenarnya kita kaya, amat sangat kaya. Kemiskinan akut di tengah ”surga” dengan kekayaan melimpah bernama Indonesia, ironis bukan?

Mengapa Kita ”Miskin”?

Sebagai bangsa, kita tetap ”miskin”, karena lembaga publik kita tidak memiliki mentalitas dan budaya yang cocok untuk melayani rakyatnya. Kita juga hidup dalam bayang-bayang asing, baik dalam tingkat politik, ekonomi maupun tata nilai (Barat dan Timur Tengah). Secara kualitatif, mutu berpikir dan kemauan bekerja orang Indonesia setara dengan beragam negara lainnya, bahkan mungkin lebih baik dalam banyak hal. Jika kita bisa ”memaksa” lembaga publik kita untuk menjalankan fungsinya sebaik mungkin, dan bersikap kritis terhadap beragam pengaruh asing yang masuk, maka jalan menuju keadilan dan kemakmuran bersama di Indonesia terbuka luas.

Tunggu apa lagi?

Filsafat Politik sebagai Filsafat Kesadaran

Setelah sekitar 15 tahun mendalami filsafat politik, saya semakin sadar, bahwa filsafat politik, pada hakekatnya, adalah filsafat kesadaran. Esensi dari filsafat politik adalah filsafat kesadaran. Dua konsep ini, yakni filsafat politik dan filsafat kesadaran, tentu perlu dijelaskan terlebih dahulu. Mari kita mulai dengan arti dasar dari filsafat.

Filsafat adalah pemahaman tentang kenyataan yang diperoleh secara logis, kritis, rasional, ontologis dan sistematis. Kenyataan berarti adalah segala yang ada, mulai dari jiwa manusia, politik, ekonomi, budaya, seni sampai dengan kesadaran. Logis berarti filsafat menggunakan penalaran akal budi manusia. Filsafat bukanlah mistik yang melepaskan diri dari penalaran akal budi.

Pandangan yang rasional adalah buah dari penalaran semacam ini. Rasional berarti suatu pernyataan atau pemahaman bisa diterima dengan akal budi, lepas dari latar belakang orang yang mendengarnya. Orang bisa berasal dari agama apapun, termasuk ateis, namun tetap bisa memahami pernyataan tersebut. Kritis berarti filsafat selalu mempertanyakan segala sesuatu, termasuk jawaban yang dihasilkannya sendiri.

Dalam arti ini, filsafat tidaklah pernah selesai. Ia bersifat terbuka, dan selalu berakhir dengan pertanyaan baru. Ia bagaikan petualangan intelektual yang tak pernah berhenti. Pertanyaan dan jawaban diarahkan pada unsur dasar, atau hakekat, dari apa yang dibicarakan. Inilah yang disebut sebagai ciri ontologis dari filsafat, yakni menggali sampai ke dasar dari apa yang sedang menjadi tema diskusi. Semua bentuk jawaban dan pertanyaan di dalam filsafat kemudian dirumuskan secara sistematis, yakni runtut, jelas, mudah dimengerti serta terhindar dari segala bentuk lompatan logika ataupun pertentangan.

Politik dan Kesadaran

Filsafat politik dan filsafat kesadaran berdiri di dalam bayang-bayang definisi filsafat di atas. Filsafat politik adalah cabang dari filsafat yang hendak memahami hakekat dari kehidupan politik manusia, dan memberikan arahan tentang cara menciptakan politik yang mewujudkan keadilan dan kemakmuran bagi semua. Filsafat kesadaran adalah cabang filsafat yang hendak memahami hakekat dari kesadaran manusia. Keduanya menggunakan metode yang bersifat logis, kritis, rasional, ontologis dan sistematis.

Filsafat politik hendak menemukan ide dan prinsip yang memungkinkan adanya masyarakat, atau komunitas, dalam segala bentuknya. Inilah yang disebut sebagai pendekatan deskriptif di dalam filsafat politik. Pendekatan ini nantinya berkembang menjadi ilmu-ilmu sosial, seperti sosiologi, ekonomi, politik, hukum dan ilmu budaya. Namun, filsafat politik tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga normatif: ia menawarkan prinsip-prinsip yang memungkinkan suatu komunitas mencapai perdamaian, keadilan dan kemakmuran bersama.

Dua prinsip yang penting di dalam filsafat politik, yakni keadilan dan kesetaraan. Ada beragam arti dari konsep keadilan dan kesetaraan. Filsafat politik hendak mengupas dan mengembangkan beragam arti tersebut, dan melihat kemungkinan penerapannya di berbagai keadaan. Dua prinsip ini menjadi nyata, ketika ia menjadi prinsip utama di dalam berbagai institusi publik yang menata keadaan politik sebuah komunitas.

Filsafat politik juga memiliki ciri kritis. Ia tidak pernah puas dengan satu jawaban. Tidak ada jawaban final. Yang ada adalah proses diskusi terus menerus, sehingga pandangannya bisa terus menyesuaikan dengan keadaan dunia yang terus berubah dengan cepat sekarang ini.

Institusi dan Kesadaran

Akan tetapi, setelah mendalami beragam pandangan filsafat politik, saya sampai pada pendapat, bahwa semua teori akan percuma, jika ia tidak bisa diterjemahkan ke dalam institusi, dan sungguh membawa perubahan nyata di dalam kehidupan bersama. Artinya, inti dasar dari filsafat politik adalah pembangunan institusi-institusi di dalam masyarakan yang mendorong keadilan dan kemakmuran bagi semua. Namun, bagaimana cara membangun institusi-institusi tersebut?

Satu cara adalah dengan memrumuskan regulasi, atau aturan, yang tepat. Namun, aturan setepat dan seketat apapun tidak akan mampu membangun institusi yang cocok untuk pengembangan masyarakat. Aturan-aturan itu justru akan dipelintir untuk kepentingan-kepentingan korup tertentu, dan akhirnya mengorbankan kepentingan bersama. Ini sudah terjadi di banyak negara, termasuk Indonesia.

Maka, kita perlu pendekatan lain. Aturan dan institusi yang kokoh tidak dapat dibangun, tanpa adanya manusia-manusia bermutu. Mutu dalam arti ini adalah etos hidup yang unggul, seperti jujur, rajin, mau bekerja keras dan bisa bekerja sama. Maka, pembentukan manusia-manusia bermutu adalah jalan yang perlu dilakukan terlebih dahulu. Pembentukan manusia bermutu berarti perubahan kesadaran mendasar pada tingkat pribadi.

Dapat juga dikatakan, bahwa tata institusi tidak akan pernah mencukupi, tanpa adanya perubahan kesadaran secara mendasar. Dititik inilah filsafat kesadaran memainkan peranannya untuk menunjang filsafat politik. Sama seperti filsafat politik, filsafat kesadaran memiliki dua pendekatan, yakni deskriptif (memahami kesadaran manusia sebagaimana adanya) dan normatif (membentuk kesadaran manusia, sehingga bisa sesuai dengan kenyataan sebagaimana adanya). Untuk melakukan dua hal ini, filsafat kesadaran tidak bisa hanya menimba ilmu dari ilmu pengetahuan dan filsafat barat saja, tetapi juga dari filsafat timur.

Memahami Kesadaran

Kesadaran manusia bukanlah otaknya. Maka, kesadaran tidak dapat dipahami dengan pendekatan biologis atau neurologis (saraf) semata. Kesadaran juga bukanlah semata fenomena empiris yang bisa ditangkap dengan indera manusia. Lebih dari itu, kesadaran juga bukanlah semata konsep yang bisa dipahami dengan akal budi manusia.

Penelitian tentang kesadaran, sampai pada titik paling dalam, menunjukkan, bahwa konsep ini kosong. Tidak ada kesadaran di dalam diri manusia. Lebih tepat dirumuskan, tidak ada kata dan konsep yang sanggup menjelaskan makna kesadaran secara memadai. Maka dapat juga disimpulkan, bahwa memahami kesadaran manusia berarti menyadari sepenuhnya, bahwa ia kosong secara konseptual.

Di dalam filsafat timur, terutama di dalam tradisi Zen, memahami kesadaran berarti memahami inti dari seluruh alam semesta, karena manusia dan alam semesta memiliki substansi kesadaran yang sama. Maka dari itu, dapat dikatakan, bahwa memahami kesadaran berarti menjalani perubahan kesadaran. Proses ini berarti menyadari seutuhnya, bahwa kesadaran bukanlah sebuah rumusan konseptual yang bisa didiskusikan dengan bahasa dan konsep, melainkan sesuatu yang dialami seccara langsung sebagai ada, tanpa penjelasan apapun. Ketika orang menyadari ini, maka ia menjalani perubahan kesadaran mendasar, yang berarti juga perubahan perilaku, dan perubahan mendasar seluruh hidupnya.

Kesadaran manusia ada, sebelum segala bentuk pikiran, konsep, bahasa ataupun kata "kesadaran" itu sendiri. Memahami dan menyadari ini secara otomatis membawa perubahan mendasar pada cara berpikir dan cara hidup seseorang. Inilah pendekatan normatif di dalam filsafat kesadaran. Ketika banyak orang menyadari ini, maka otomatis hidupnya akan dibaktikan untuk kepentingan bersama, institusi-

institusi yang kokoh bisa berdiri dan keadilan serta kemakmuran bersama bisa dicapai.

Ada hubungan yang amat erat antara perubahan kesadaran dan proses pembangunan masyarakat yang adil dan makmur. Filsafat politik dan semua ilmu sosial tidak akan bisa mewujudkan keadilan dan kemakmuran, tanpa mendorong perubahan kesadaran mendasar di tingkat hidup pribadi. Aspek politik dari filsafat kesadaran dan aspek personal dari filsafat politik inilah yang luput dari beragam kajian di kedua bidang tersebut.

Penjajahan Mainstream

Sekelompok anak muda Indonesia berkumpul. Mereka saling berbagi cerita. Segala ketakutan dan harapan mereka diutarakan satu sama lain. Yang menarik, polanya sama.

Mereka takut hal yang sama: tidak punya uang. Mereka merindukan hal yang sama: mendapatkan uang yang banyak. Mereka benar-benar merasa, bahwa ketakutan dan harapan mereka mencerminkan kebenaran. Inilah pola hidup generasi anak muda Indonesia di awal abad 21 ini.

”Mainstream”

Setiap jaman memiliki ”mainstream”-nya sendiri. Inilah yang disebut sebagai *Zeitgeist*, atau semangat jaman. Di awal abad 21 ini, kita hidup di masa ”uang”. Segala hal diukur dengan uang. Jika sesuatu, semurni dan setulus apapun itu, tidak memiliki nilai ekonomis, maka ia dianggap tidak berharga.

Banyak orang ikut serta secara sukarela dan tanpa sadar di dalam ”mainstream” ini. Mereka mengikuti pola hidup yang sama. Mereka memiliki selera yang sama. Mereka memiliki pola pikir yang sama.

Di sisi lain, mereka juga mempunyai ketakutan yang sama. Mereka khawatir akan hal yang sama. Mereka memilih hal-hal yang serupa, sekaligus menolak hal-hal yang sama. Para anggota ”mainstream” ini hidup bagaikan gerombolan domba yang disetir oleh kekuatan di luar mereka, yakni kekuatan ”mainstream”.

Yang tercipta kemudian adalah hidup yang sepenuhnya dangkal, yakni hidup yang sepenuhnya ditujukan untuk kenikmatan diri sendiri dalam bentuk penumpukan uang. Orang tidak lagi memiliki visi

pribadi yang lebih luas tentang kehidupan sebagai keseluruhan. Ia hanya ikut arus dari ujung rambut sampai ujung kuku kakinya.

Akar dari semua ini adalah ketakutan. Orang mengira, jika ia tidak ikut arus ”mainstream”, maka ia tidak akan selamat. Ketakutan ini juga didukung oleh fakta di Indonesia, bahwa negara hampir tidak hadir untuk melindungi rakyatnya, hampir di segala bidang. Akhirnya, orang harus memikirkan semuanya sendiri melulu untuk keselamatan dirinya dan keluarganya.

Berpartisipasi dalam Penindasan

Mengapa hidup mengikuti arus ”mainstream” ini bermasalah? Pertama, dengan mengikuti gaya hidup ”mainstream”, orang secara tidak langsung berpartisipasi dalam melestarikan struktur ketidakadilan sosial yang ada di masyarakat. Di dalam struktur sosial sekarang ini, sekelompok orang kaya di atas kemiskinan begitu banyak orang lainnya. Dengan mengikuti gaya hidup ”mainstream”, tanpa sikap kritis apapun, berarti orang setuju dan mendukung struktur sosial yang menindas semacam ini.

Kedua, orang yang hidup mengikuti ”mainstream” secara tidak sadar dimanfaatkan untuk keuntungan pihak lain. Mereka menjadi benda atau obyek yang diperas demi kepentingan pihak lain. Seringkali, kepentingan pihak lain itu adalah semata demi meningkatkan keuntungan, dan seringkali dengan merugikan pihak-pihak lainnya. Para anggota ”mainstream” ini kerap tidak sadar, kalau mereka hanya barang atau alat yang diperas semata.

Di dalam masyarakat konsumtiv kapitalistik sekarang ini, kita semua adalah komoditi yang siap dijual. Informasi tentang diri kita disebar di Internet untuk dijual kepada pembeli tertinggi. Kita seringkali tidak sadar dengan hal ini, karena kita sibuk memuaskan kepentingan diri kita akan uang. Kita sibuk mengikuti gaya hidup

”mainstream” yang menyembunyikan penindasan dan ketidakadilan besar di baliknya.

Ketika kita hidup seperti domba mengikuti pola ”mainstream”, kita merusak masyarakat yang memang sudah rusak. Kita menjadi korban sekaligus pelaku yang melestarikan ketidakadilan sosial. Bagaimana keluar dari lingkaran setan semacam ini? Bagaimana supaya kita terhindar dari penjajahan ”mainstream” ini?

Belajar dan Bertanya

Yang jelas, kita perlu mengembangkan kemampuan berpikir kritis. Kita perlu belajar dan bertanya tentang jalan hidup yang kita pilih, apakah ini ikut melestarikan ketidakadilan yang ada, atau menguranginya. Kita juga perlu melihat ke dalam diri kita, apakah kita dimanfaatkan oleh pihak-pihak tertentu yang memiliki kepentingan tidak adil, atau tidak. Kita perlu mencari informasi dan bertanya pada orang-orang yang tercerahkan, supaya kita tidak menjadi domba yang ikut arus ”mainstream”, dan secara tidak sadar merugikan banyak orang.

Tidak semua orang memiliki kekuatan dan kehendak untuk sungguh mengubah keadaan sosial menjadi lebih baik bagi banyak orang. Namun, setiap orang punya kekuatan untuk tidak ikut menambah ketidakadilan yang ada. Ini bisa dilakukan, jika kita bersikap kritis terhadap pola hidup ”mainstream”. Bukankah lebih baik kita hidup sederhana dan bersahaja, daripada hidup mewah bergelimangan harta hasil dari penipuan dan ketidakadilan sosial di dalam struktur masyarakat kita?

Teknologi, Ekonomi dan Ekologi

Banyak orang masih hidup dalam anggapan lama. Mereka mengira, bahwa kemajuan ekonomi suatu negara tergantung pada perkembangan teknologi di negara tersebut. Jika kita ingin maju secara ekonomi sebagai suatu bangsa, maka kita harus membangun industri-industri berat yang berpijak pada teknologi canggih, seperti pesawat, mobil, satelit, internet dan sebagainya. Ahli ekonomi ternama sampai dengan pedagang di pinggir jalan di Indonesia masih hidup dan bekerja dengan anggapan ini.

Filsafat, Sains dan Teknologi

Teknologi adalah anak dari ilmu pengetahuan. Teknologi adalah rekayasa alam demi pemenuhan kepentingan manusia dengan menggunakan ilmu pengetahuan. Ilmu pengetahuan sendiri berkembang dari upaya manusia untuk memahami alam dengan metode eksperimental (melalui rangkaian percobaan dan penggalian data) dan empiris (hanya mengakui apa yang bisa dicerna dengan panca indera dan diukur dengan menggunakan statistik).

Ilmu pengetahuan sendiri adalah anak dari filsafat, yakni upaya manusia untuk secara rasional, kritis, logis dan sistematis di dalam memahami segala sesuatu di sekitarnya. Ilmu pengetahuan menyempitkan filsafat ke dalam metode eksperimental dan data empiris semata. Teknologi lalu menyempitkan ilmu pengetahuan ke dalam rekayasa teknis semata, guna menghasilkan mesin dan prosedur tertentu untuk mengubah alam demi kepentingan manusia. Semua ini dilihat sebagai aktivitas yang mampu mengembangkan ekonomi suatu negara secara khusus, dan peradaban manusia secara umum.

Hampir semua negara di dunia menanamkan uang yang sangat besar untuk mengembangkan filsafat, sains dan teknologi di negara mereka. Milyaran rupiah digunakan untuk mendanai beragam bentuk penelitian yang berpusat di universitas-universitas dan pusat-pusat penelitian. Begitu banyak hal baik yang muncul dari perkembangan filsafat, sains dan teknologi ini, mulai dari terciptanya sistem politik dan ekonomi yang mengedepankan martabat manusia, sampai dengan perkembangan teknologi kedokteran yang menyelamatkan begitu banyak orang dari kematian, akibat penyakit. Namun, batas akhir kini mulai tampak.

Krisis Ekologi

Anggapan lama tentang hubungan erat antara perkembangan ekonomi dan kemajuan teknologi kini mulai digoyang. Perkembangan teknologi tidak otomatis menciptakan perkembangan ekonomi, melainkan sebaliknya, ia justru mendorong terciptanya kesenjangan sosial dan, yang terpenting, kerusakan lingkungan. Beragam industri dibangun untuk menghasilkan beragam produk secara cepat, murah dan banyak. Namun, begitu banyak limbah dihasilkan oleh beragam industri tersebut.

Sampai sekarang, industri pengolahan limbah di berbagai negara masihlah amat lemah. Limbah dan sampah hasil produksi pabrik banyak sekedar ditimbun ke tanah dan dibuang ke laut begitu saja. Akibatnya, lingkungan menjadi rusak. Air menjadi tercemar oleh polusi, dan begitu banyak ekosistem laut rusak, akibat limbah yang dibuang begitu saja.

Negara-negara miskin dipaksa menjual tanahnya kepada negara-negara kaya untuk pembuangan limbah. Akibatnya, lingkungan sekitar tempat pembuangan limbah tersebut rusak. Panen gagal dan air tercemar. Orang-orang yang tinggal di daerah sekitarnya pun menjadi sakit, dan terpaksa meninggalkan tanah kelahiran mereka.

Yang paling parah memang industri pertambangan. Pertambangan tidak hanya menghasilkan limbah yang besar, tetap secara agresif merusak alam, demi mengambil sumber daya alam yang terkandung di dalamnya. Gunung diratakan demi emas yang ada di dalamnya. Hutan dibabat habis demi minyak ataupun logam-logam lainnya yang terkandung di tanahnya.

Ini semua adalah hasil dari perkembangan teknologi yang mendorong pembangunan beragam industri, mulai dari industri tekstil sampai dengan pertambangan raksasa. Pendek kata, industri-industri buah dari perkembangan teknologi ini merusak alam, dan demikian juga menciptakan penderitaan yang berat, baik secara ekonomi, kultural, sosial, politik maupun kesehatan, kepada berbagai komunitas di dunia. Dalam arti ini, perkembagan teknologi tidak mendorong perkembangan ekonomi, melainkan justru pengrusakan alam, dan pemiskinan berbagai komunitas di dunia, terutama komunitas-komunitas di daerah miskin di dunia. Perkembangan teknologi telah menjadi begitu tanpa arah dan kehilangan kendali, sehingga justru menghasilkan penindasan global terhadap mereka-mereka yang miskin.

Mengubah Anggapan

Anggapan lama tersebut harus dibuang sekarang ini. Fokus kita bukanlah mendorong perkembangan teknologi untuk perkembangan ekonomi lagi, tetapi mendorong pembagian kekayaan secara merata ke seluruh dunia. Kata ”perkembangan” haruslah ditinggalkan, dan diganti dengan kata ”pembagian”. Dunia ini cukup untuk menunjang hidup yang bermartabat untuk semua mahluk hidup di dalamnya, asal ditata dengan adil, yakni menciptakan pembagian yang adil dan merata untuk semua mahluk, tanpa kecuali. Obsesi pada ”perkembangan” teknologi dan ”perkembangan ekonomi” justru merusak lingkungan hidup dan menghancurkan ekonomi itu sendiri.

Untuk bisa mencapai arah ini, kita perlu melepas pandangan antroposentris yang bercokol di kepala kita. Pandangan ini menekankan, bahwa manusia adalah mahluk spesial di alam ini yang berhak untuk mengatur semuanya demi memuaskan kebutuhan dan kepentingannya. Pandangan ini salah kaprah, dan justru menghancurkan semua mahluk hidup, termasuk manusia sendiri. Kita perlu melihat diri kita sebagai bagian yang tak terpisahkan dari alam semesta ini.

Hanya dengan begitu, peradaban manusia bisa bergandengan tangan dengan seluruh alam semesta ini dan menciptakan komunitas yang adil dan makmur untuk semua, tanpa kecuali. Ini disebut juga sebagai kesadaran etis-ekologis. Kesadaran ini jauh lebih penting dari obsesi pada perkembangan teknologi untuk perkembangan ekonomi semata. Kesadaran ini berpijak pada "pembagian" sumber daya yang merata demi kehidupan semua mahluk hidup, dan bukan kehidupan segelitir orang saja.

Untuk apa kaya dan maju secara teknologi, tetapi kita tidak lagi bisa menghirup udara segar di depan rumah kita? Untuk apa menggunakan telepon seluler seri terbaru dan mobil canggih, namun selalu melihat saudara kita di belahan dunia lain tercabik oleh perang dan kemiskinan? Untuk apa? Apakah hidup hanya sekedar mobil mewah, rumah indah, dan memiliki semua peralatan canggih?

Melampaui Dogmatisme

Apakah anda pernah melihat orang yang saling berdebat satu sama lain? Ataukah anda sendiri pernah terlibat perdebatan dengan orang lain, atau kelompok lain? Perdebatan muncul, karena perbedaan pendapat, yakni ketika dua orang melihat sesuatu dari sudut pandang yang berbeda. Masalah muncul, ketika keduanya merasa, bahwa mereka masing-masing memegang kebenaran mutlak.

Biasanya, perdebatan semacam ini diakhiri dengan pertengkaran. Sangat sedikit perdebatan dengan pola semacam ini yang berakhir dengan kesepahaman. Ini terjadi, karena kedua belah pihak memegang erat pendapat mereka, dan menutup telinga dari pendapat pihak lainnya. Inilah salah satu bentuk dogmatisme yang bisa dengan mudah kita temukan dalam hidup sehari-hari.

Pada tingkat yang lebih luas, dogmatisme dapat dengan mudah dilihat di dalam agama dan politik. Keyakinan agama dan politik tertentu dianggap sebagai kebenaran mutlak yang tidak boleh ditanya. Siapa yang berani bertanya, apalagi mengritik, dianggap sebagai musuh yang harus dihancurkan. Tak berlebihan jika dikatakan, bahwa dogmatisme adalah penyakit paling berbahaya di dalam kehidupan bersama umat manusia.

Dogmatisme

Dogmatisme adalah keyakinan mutlak tanpa tanya pada suatu bentuk rumusan konseptual. Rumusan tersebut bisa dalam bentuk perintah moral, atau penjelasan atas sesuatu yang tak boleh lagi dipertanyakan. Segala hal di alam semesta ini selalu bisa untuk dipertanyakan. Namun, dogmatisme melarang segala bentuk pertanyaan tersebut.

Yang sering ditemukan adalah dogmatisme di dalam bidang moral yang berpijak pada keyakinan agama tertentu. Orang hidup dengan keyakinan mutlak atas kebenaran pikiran diri dan kelompoknya. Ia pun bergerak untuk memaksakan keyakinan tersebut pada orang lain. Tidak ada toleransi dan kelembutan di dalam penerapannya.

Orang dogmatis dapat dianggap seperti orang yang buta pikirannya. Ia menutup mata dari kenyataan dunia ini yang beragam dan terus berubah. Orang ini seringkali tidak sadar, bahwa ia bersikap dogmatis. Ia memaksakan tata nilainya ke dirinya sendiri dan ke orang lain, tanpa ada kesadaran sedikit pun, bahwa dunia ini dipenuhi dengan ketidakpastian dan perubahan.

Selain buta, orang dogmatis juga biasanya dipenuhi ketakutan. Ia merasa, jika dunia berjalan tidak sesuai dengan prinsip dan nilai-nilai hidupnya, maka semua akan hancur. Ia mengira, bahwa seluruh alam semesta ada dan bergerak dengan berpijak pada nilai-nilai hidup yang ia yakini tanpa tanya. Tak salah juga jika dikatakan, sikap dogmatis tidak hanya terkait dengan kebutaan dan ketakutan, tetapi juga dengan kebodohan.

Dogmatisme juga membuat suatu nilai yang sejatinya baik menjadi rusak. Setiap orang perlu hidup dengan nilai di dalam hidupnya. Namun, ketika nilai tersebut diyakini secara dogmatis, maka nilai itu akan menjadi sumber masalah bagi hidup pribadi orang tersebut, maupun hubungannya dengan orang lain. Dogmatisme meruntuhkan keluruhan suatu nilai, dan menjadikannya sumber pembenaran bagi segala bentuk kekerasan dan kejahatan.

Orang yang dogmatis juga akan cenderung mengalami penderitaan di dalam dirinya, karena keyakinannya akan terus berbenturan dengan kenya-taan yang ada. Benturan ini menghasilkan penderitaan tidak hanya di dalam batinnya, tetapi juga penderitaan bagi orang-orang yang di sekitarnya. Kesadaran akan sikap dogmatis di dalam diri ini lalu kerap kali mendorong orang untuk mencari jalan keluar.

Melampaui Dogmatisme

Bagaimana keluar dari penyakit dogmatisme semacam ini? Yang jelas, kita harus terlebih dahulu sadar pada segala bentuk sikap dan pikiran dogmatis di dalam diri kita. Apakah kita punya kepercayaan yang tidak boleh lagi dipertanyakan? Jika masih ada satu saja kepercayaan di dalam hidup kita yang tidak boleh lagi digoyang dengan pertanyaan, maka kita adalah orang yang dogmatis.

Akar dari dogmatisme adalah kelekatan pada ide. Kelekatan adalah anggapan, bahwa orang tidak bisa hidup tanpa suatu ide tertentu. Pada tingkat yang lebih luas, orang yang melekat ini berpikir, bahwa dunia ini akan hancur, jika tidak ditata dengan satu cara tertentu yang tidak boleh dipertanyakan. Kelekatan juga berakar dalam pada ketakutan dan kebodohan, atau lebih tepatnya pada kesalahan berpikir di dalam melihat dunia.

Jika kelekatan adalah akar dogmatisme, maka jalan keluar dari penyakit dogmatisme adalah dengan mencabut akar kelekatan. Akar kelekatan bisa dicabut, jika kita mengubah struktur kesadaran kita, yakni dengan menyadari sepenuhnya, bahwa segala kenyataan yang tampil di depan mata dan pikiran kita adalah sesuatu yang terus berubah. Akibat dari perubahan yang terjadi di setiap saatnya ini, maka dapat juga dikatakan, bahwa kenyataan yang di depan mata dan pikiran kita adalah semu. Ia bukanlah kenyataan sesungguhnya, karena ketika kita menyebutnya sebagai kenyataan, ia segera pergi dan berubah.

Dengan sampai pada kesadaran ini, kita lalu secara otomatis melepas kelekatan yang kita miliki. Ketika kita melepaskan kelekatan, kita melepaskan dogmatisme. Bersamaan dengan itu juga, segala bentuk ketakutan dan kebodohan, yakni kesalahan berpikir di dalam melihat kenyataan, juga lenyap. Ketika ketakutan, dogmatisme dan kelekatan lenyap, maka perdamaian antar manusia sekaligus kedamaian di dalam diri menjadi kenyataan.

Sikap Alami

Apa yang terjadi, ketika orang melepaskan segala bentuk dogmatisme di dalam dirinya? Apa yang terjadi kemudian, ketika orang melepaskan segala bentuk kelekatan, ketakutan dan kesalahan berpikir di dalam dirinya? Yang terjadi kemudian adalah orang tersebut kembali ke jati diri alamiahnya. Hidupnya menjadi sepenuhnya mengalir di dalam kenyataan yang terus berubah, sekaligus bisa menanggapi berbagai keadaan yang muncul secara tepat dan jernih.

Segala bentuk kekerasan juga lenyap. Ini terjadi, karena tidak ada lagi keterpisahan antara diri pribadiku dengan alam semesta. Dengan kata lain, ketika segala bentuk kelekatan dan dogmatisme dilepas, maka orang kembali terhubung dengan alam semesta. Ia adalah alam semesta, dan alam semesta adalah dia.

Perdamaian dunia tidak akan pernah tercipta, jika orang masih hidup dalam kelekatan dan dogmatismenya masing-masing. Uang dan beragam proyek perdamaian bisa digelontorkan. Akan tetapi, jika semua itu masih menyelipkan satu bentuk dogmatisme dan kelekatan saja, maka semuanya akan berantakan. Bukankah itu yang kita alami sekarang ini?

Kejahatan dari Kebaikan

Sejak kecil, kita diajarkan untuk berbuat baik. Kita diajarkan untuk membantu orang yang kesusahan. Kita diajarkan untuk berani bertindak, ketika orang lain membutuhkan bantuan kita. Semua ini tentu baik.

Berbuat baik adalah nilai yang cukup universal. Semua agama dan filsafat mengajarkannya. Ini ditemukan di semua peradaban yang telah dikenal manusia. Namun, ada masalah tersembunyi di sini.

Bahaya dari Berbuat Baik

Banyak perbuatan baik justru membuat susah orang lain. Banyak orang akhirnya hidup dalam ketergantungan pada kebaikan orang lain. Mereka menjadi malas untuk berdiri di atas kaki sendiri dalam hidupnya. Pepatah lama kiranya benar, bahwa jalan ke neraka kerap kali dilapisi dengan kehendak baik.

Pada kasus-kasus yang lebih parah, perbuatan baik justru membunuh orang lain. Perbuatan baik menciptakan hubungan-hubungan antar manusia yang tidak adil. Hitler memusnahkah orang Yahudi atas nama kehendak baik kepada rakyat Jerman pada awal abad 20. Suharto membantai ratusan ribu atas nama kehendak baik bagi kejayaan Republik Indonesia.

Sekarang ini, ISIS (Negara Islam Irak dan Suriah) membunuh, menyiksa dan memperkosa warga di Irak dan Suriah. Mereka melakukannya atas nama agama. Mereka mengira, perbuatannya adalah perbuatan baik untuk agama dan bangsanya. Pola yang sama ditemukan di kelompok teroris Islam radikal Boko Haram di Nigeria Utara.

Mengapa begitu banyak perbuatan baik justru menghasilkan penderitaan yang lebih besar? Mengapa kehendak baik seringkali bermuara pada malapetaka? Mengapa berbuat baik justru berbahaya? Mari kita kupas bersama.

Kebaikan dan Kejernihan

Berbuat baik menjadi petaka, ketika itu dilakukan dengan pamrih. Kehendak baik menjadi jalan ke neraka, ketika ia dilumuri dengan kepentingan kotor. Ini terjadi, karena orang yang berbuat baik tidak memiliki kejernihan pikiran. Pikirannya dilumuri dengan perhitungan untung rugi dan nafsu jahat.

Enomiya-Lasalle, Zen Master dari Jerman, menegaskan, bahwa kejernihan hanya mungkin, jika orang sudah memahami jati diri

sejatinya. Jati diri sejati terletak sebelum segala bentuk pikiran, bahasa dan konsep. Seluruh ajaran filsafat, mistik dan agama di seluruh dunia mengajarkan kita untuk menyadari jati diri sejati kita sebagai manusia. Sayangnya, kita lebih terpaku pada ajaran moral dan ritual, daripada jati diri sejati kita sebagai manusia.

Dengan menyadari jati diri sejati kita sebagai manusia, kita lalu juga sadar, bahwa jati diri sejati kita sama dengan jati diri sejati seluruh alam semesta. Kita semua adalah satu. Tidak ada perbedaan. Perbedaan hanya dibuat oleh bahasa, konsep dan pikiran yang kita rumuskan sendiri.

Man Gong, Zen Master asal Korea, juga menegaskan, bahwa tugas utama kita sebagai manusia adalah menyadari jati diri sejati kita. Semua tugas lain perlu dikesampingkan, supaya kita bisa sampai pada kesadaran semacam ini. Tanpa kesadaran akan jati diri sejati kita sebagai manusia, hidup kita akan terus dipenuhi penderitaan, walaupun kita kaya dan sukses di mata masyarakat. Menyadari jati diri sejati kita adalah tugas asli kita sebagai manusia, ketika dilahirkan ke dunia.

Kejernihan yang lahir dari kesadaran ini membuat kita juga menjadi kritis. Kita tidak lagi menjadi manusia naif yang gampang percaya. Kita melihat kenyataan yang sebenarnya, dan bukan lagi kenyataan yang diberikan kepada kita oleh media, atau pihak-pihak lain yang hendak menyembunyikan kebenaran. Kita tidak lagi gampang tertipu oleh segala bentuk pencitraan.

Bentuk Berbuat baik

Seung Sahn, Zen master asal Korea, merumuskan empat bentuk berbuat baik. Ini penting sekali untuk diperhatikan. Yang pertama adalah berbuat baik dalam bentuk pemenuhan kebutuhan fisik. Ketika ada orang lapar, kita beri makan. Ketika orang kehausan, kita beri minum. Ini bentuk tindakan baik yang paling rendah.

Yang kedua adalah bertindak baik dengan memberikan inspirasi pada orang lain untuk mandiri. Orang lain memperoleh inspirasi, supaya ia lalu bisa bekerja sendiri. Ia juga bisa memotivasi dirinya, ketika keadaan menjadi sulit. Ia menjadi api bagi dirinya sendiri untuk berkembang.

Yang ketiga adalah berbuat baik dengan menjelaskan kepada orang lain hakekat sesungguhnya dari kenyataan yang ada. Artinya, kita mengajarkan kepada orang lain tentang kebenaran dari kenyataan sebagaimana adanya. Kita tidak menipu mereka dengan ajaran maupun konsep yang terlihat indah, namun palsu. Dengan kata lain, kita memberikan "kebenaran" kepada orang lain.

Yang keempat, dan tertinggi, adalah berbuat baik dengan menjelaskan fungsi yang tepat dari segala sesuatu kepada orang lain, sehingga orang lain bisa menggunakan segala hal yang ia punya untuk menolong semua mahluk. Di dalam tradisi Zen, ini disebut juga jalan *Bodhisattva*. Orang tidak menolak apapun. Orang menerima segalanya, termasuk hal-hal yang dianggap jelek oleh masyarakat, dan kemudian menggunakan semuanya untuk menolong semua mahluk.

Namun, kesadaran akan fungsi yang tepat dari segala sesuatu ini hanya mungkin, jika kita menyadari jati diri sejati kita. Keduanya tidak bisa dipisahkan. Untuk mencapai ini, orang kerap kali perlu mengalami penderitaan di dalam hidupnya. Penderitaan disini dilihat sebagai bagian dari jalan menuju kesadaran.

"Jangan" Berbuat Baik

Keempat bentuk kebaikan di atas harus dilakukan, jika kita sudah memperoleh kejernihan di dalam batin dan pikiran kita. Jika pikiran kita masih kacau oleh kepentingan diri dan nafsu kotor, maka jangan berbuat baik. Jika kita pikiran kita masih dilumuri oleh perhitungan untung rugi, maka jangan berbuat baik. Perbuatan baik yang didasari

oleh pamrih dan kekacauan pikiran justru akan melahirkan kejahatan dan penderitaan yang lebih besar.

Dalam arti ini, kita perlu menolong diri kita sendiri terlebih dahulu, sebelum menolong orang lain. Kita perlu berbuat baik pada diri kita sendiri dulu, sebelum kita berbuat baik pada orang lain. Artinya, kita perlu untuk ″selesai″ dengan segala pamrih dan perhitungan di dalam diri kita sendiri terlebih dahulu, sebelum membantu orang lain. Jika kita belum ″selesai″ dengan diri kita sendiri, maka jangan membantu orang lain.

Bukankah orang buta menuntun orang buta akan membuat keduanya masuk ke dalam jurang?

Hubungan yang Memisahkan

Kita hidup kini di dalam jaringan dunia virtual. Begitu banyak orang menghabiskan waktunya di beragam situs jaringan sosial di Internet, seperti Facebook, Path, Instagram dan sebagainya. Beragam situs ini menjadi sumber informasi utama. Bahkan tak berlebihan jika dikatakan, bahwa situs-situs ini kini menjadi media pendidikan utama begitu banyak orang di dunia sekarang ini.

Dengan bantuan situs-situs di dunia virtual ini, orang merasa didekatkan satu sama lain. Mereka merasa dekat dengan teman maupun keluarga, walaupun dipisahkan oleh jarak dan waktu. Para aktivis sosial dan politik bahkan menggunakan situs-situs ini untuk menyebarkan misi dan pandangan mereka. Namun, apakah hubungan yang diciptakan melalui situs-situs dunia virtual ini sungguh merupakan sebuah hubungan yang bermutu?

Pendangkalan Sosial

Kita sering melihat orang-orang berkumpul di suatu tempat, namun mereka sibuk sendiri dengan teleponnya masing-masing. Mereka bersama, tetapi tidak bersama. Mereka dekat, sekaligus jauh. Badan mereka di tempat yang sama. Namun, pikiran mereka terpisah ribuan, bahkan ratusan ribu kilo meter.

Komunitas di dunia sehari-hari terpisah, ketika justru komunitas di dunia virtual bertumbuh. Orang lebih nyaman dengan layar komputer, daripada dengan wajah temannya, atau justru keluarganya. Komunikasi pun menjadi sedemikian dangkal, karena terbatas pada beberapa potong kalimat di layar komputer ataupun telepon genggam yang kerap kali justru menciptakan kesalahpahaman. Gerak tubuh dan

mimik wajah, yang merupakan bagian penting dari komunikasi antar manusia, kini terlupakan.

Situs-situs di dunia virtual ini, yang juga disebut sebagai jaringan sosial, adalah bentuk hubungan yang memisahkan. Mereka menciptakan hubungan semu yang justru menghancurkan hubungan antar manusia yang sejati. Mereka justru memecah hubungan antar manusia. Mereka menjadikan hubungan antar manusia menjadi sedemikian dangkal dan, seringkali, penuh kepalsuan serta kebohongan.

Yang tercipta kemudian adalah keterputusan antar manusia. Komunikasi sejati digantikan dengan komunikasi palsu dan semu. Ketidakpedulian pun tercipta. Orang lebih sibuk mengejar gosip terbaru, daripada memikirkan tantangan-tantangan kehidupan bersama.

Orang lalu mengalami pengalihan isu secara terus menerus. Orang lebih sibuk menyunting foto makanan terbaru, daripada bekerja sama untuk mengurangi kemiskinan dan ketidakadilan di berbagai belahan dunia. Orang lebih terpikat pada barang-barang elektronik terbaru, daripada perang dan penderitaan yang diderita oleh tetangganya. Orang tergeser dari hal-hal penting dalam kehidupan, dan digiring masuk seperti kambing ke dalam ranah pembodohan dan pendangkalan dalam bentuk konsumsi tanpa batas.

Solidaritas pun menjadi kata-kata yang hampir punah. Masyarakat mengalami atomisasi dan distraksi tanpa henti. Komunitas-komunitas sejati untuk menggiring perubahan terpecah. Komunitas-komunitas gosip dan pemuja barang-barang konsumsi bertumbuh subur, bagaikan jamur di musim hujan. Jika solidaritas mati, maka kerja sama antar manusia untuk mengatasi beragam tantangan bersama pun juga pada akhirnya akan mati.

Masalah-masalah baru tercipta. Kesenjangan sosial antara si kaya dan si miskin di berbagai belahan dunia kini semakin besar. Gerak korporasi rakus di berbagai belahan dunia kini seolah tanpa kontrol. Tak terasa, umat manusia kini bergerak dengan gembira sekaligus bodoh menuju kehancurannya sendiri, tanpa ia sadari.

Memutuskan untuk Menyambung

Ketika pola komunikasi antar manusia menjadi dangkal dan palsu, maka manusia-manusia yang berkembang dalam pola komunikasi semacam itu pun akan menjadi dangkal dan palsu. Maka dari itu, pola komunikasi yang ada pun harus diubah. Dalam konteks ramainya situs-situs jaringan sosial dengan pendangkalan serta pemalsuan informasi, kita perlu memutuskan diri dari semua itu, supaya justru bisa membangun komunikasi yang sejati. Kita perlu memutus jaringan justru untuk membangun jaringan yang sejati.

Melepaskan diri dari jaringan sosial yang menipu dan mendangkalkan membuat kita berjarak dari keadaan. Jarak akan mendorong refleksi dan analisis yang lebih mendalam. Dari sini akan tercipta kebijaksanaan. Kebijaksanaan membantu kita secara kritis memilah beragam informasi yang ada, dan membuat keputusan terbaik dari segala kemungkinan yang ada.

Pada akhirnya, bukankah hidup akan menjadi begitu hampa dan dangkal, jika diisi dengan konsumsi tanpa batas dan berita-berita penuh kebohongan belaka?

Pendidikan dan Kemajuan Ekonomi

Banyak orang mengira, bahwa tingkat pendidikan seseorang langsung terkait dengan perkembangan tingkat ekonominya. Artinya, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin besar kemungkinannya untuk menjadi kaya. Anggapan ini tersebar begitu luas dan tertanam begitu dalam di berbagai masyarakat di dunia. Anggapan ini juga menjadi dasar dari begitu banyak kebijakan pendidikan di berbagai negara di dunia, termasuk di Indonesia.

Penelitian Terbaru

Berbagai penelitian terbaru di Jerman dan Austria juga mendukung anggapan ini. Ludger Wössmann menulis artikel berdasarkan penelitiannya dengan judul *Gute Bildung schafft wirtschaftlichen Wohlstand: Bildung aus bildungsökonomischer Perspektive* (2012). Ia menegaskan, bahwa pendidikan yang tepat akan mendorong seseorang untuk mendapatkan pekerjaan yang bermutu untuk mengembangkan hidupnya. Namun, ia juga mengingatkan, bahwa pendidikan yang terpaku pada aspek ekonomi belaka justru akan mengurangi daya saing seseorang di pasar tenaga kerja.

Hasil penelitian Wössmann ini ditunjang oleh penelitian serupa yang dibuat di Austria dengan judul *Bildung 2025 – Die Rolle von Bildung in der österreichischen Wirtschaft* (2015). Pendidikan yang murah dan bermutu akan meningkatkan kualitas tenaga kerja, dan akhirnya juga akan mendorong perkembangan ekonomi keseluruhan. Namun, yang dibutuhkan adalah pendidikan yang bersifat lintas ilmu dan lintas budaya. Pendidikan semacam itu tidak hanya akan menghasilkan manusia-manusia yang terampil bekerja, tetapi juga

kreatif di dalam menemukan ide-ide baru untuk mengembangkan diri dan masyarakatnya.

Penelitian yang dibuat di dalam *OECD-Studie* (*Organisation for Economic Cooperation and Development*- terdiri dari 34 negara) (2013) juga memberikan kesimpulan yang sama. Kualitas pendidikan yang baik serta terjangkau mendorong tingkat ekonomi suatu negara. Tidak hanya itu, pendidikan yang terjangkau dan bermutu juga mendorong daya tahan suatu negara, ketika krisis melanda. Model Jerman, dengan pemisahan antara pendidikan universitas yang teoritik-abstrak dan pendidikan *Ausbildung* yang berfokus langsung pada keterampilan kerja, menjadi model yang layak dijadikan contoh bagi negara-negara lain.

Ketiga penelitian yang saya kutip di atas juga menegaskan, bahwa pendidikan haruslah mengambil bentuk campuran (*Mix-Qualifikationen*). Ia tidak boleh hanya mengajarkan satu hal semata secara dogmatis. Di samping itu, ia juga harus terjangkau oleh rakyat banyak. Negara harus mencari cara untuk memberikan subsidi bagi lembaga-lembaga pendidikan, sehingga ia terjangkau oleh seluruh rakyat, dan jika perlu bebas biaya sama sekali.

Pendidikan yang Memperbodoh

Pendidikan yang hanya berfokus pada satu hal saja justru menghancurkan tujuan pendidikan itu sama sekali. Dengan kata lain, pendidikan semacam itu hanya memperbodoh peserta didik. Di banyak negara, juga di Indonesia, banyak lembaga pendidikan berfokus semata pada pendidikan ekonomi. Model pendidikan yang hanya terpaku pada pendidikan ekonomi sempit semata justru akan menghancurkan dunia pendidikan itu sendiri, dan memperlambat kemajuan ekonomi, atau bahkan justru merusaknya.

Argumen tersebut ditopang oleh dua penelitian yang dilakukan oleh Julian Nida-Rümelin di dalam bukunya yang berjudul *Philosophie*

einer Humanen Bildung (2013) dan Ha-Joon Chang di dalam bukunya yang berjudul *23 Things They Don't Tell You About Capitalism* (2011). Kedua penelitian ini sampai pada kesimpulan, bahwa pendidikan lebih luas dari sekedar pengembangan ekonomi belaka. Pendidikan yang sejati mendorong orang untuk menjadi warga negara yang baik di dalam masyarakat demokratis. Model pendidikan semacam ini tidak hanya menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas untuk kemajuan ekonomi, tetapi juga manusia-manusia yang bisa secara aktif dan kreatif terlibat dalam pengembangan kehidupan masyarakat secara keseluruhan di berbagai bidangnya, mulai dari seni, budaya, sampai dengan politik.

Di Indonesia, kita juga banyak menemukan adanya lembaga-lembaga pendidikan yang fokus pada nilai-nilai agama semata. Yang diajarkan hanyalah ajaran suatu agama tertentu, dan menutup mata pada perkembangan di bidang-bidang lainnya. Pendidikan semacam ini juga memperbodoh, karena ia akan menciptakan manusia-manusia fanatik yang ketinggalan jaman, dan tidak memiliki keterampilan yang dibutuhkan untuk mengembangkan diri dan masyarakatnya. Akibatnya, banyak lulusannya terjebak dalam kemiskinan, dan akhirnya jatuh ke dalam kriminalitas.

Pendidikan jelas membutuhkan pendidikan ekonomi. Pendidikan juga jelas membutuhkan nilai-nilai religiositas. Namun, pendidikan yang semata berfokus pada aspek ekonomi atau nilai-nilai agama tertentu jelas akan menghancurkan pendidikan itu sendiri. Pendidikan semacam ini justru akan menghancurkan keluhuran nilai-nilai agama dan mengurangi daya saing ekonomi itu sendiri. Ini adalah pendidikan yang memperbodoh.

Bukankah suatu bentuk penyiksaan, jika kita belajar di lembaga pendidikan yang hanya mengajarkan kita untuk menghafal ajaran agama tertentu secara dogmatis atau hitung-hitungan ekonomi yang kerap kali tidak akan pernah kita gunakan di dalam hidup kita?

Apa yang Terpenting?

September 2015, industri mobil dunia terguncang oleh skandal. Volkswagen, salah satu produsen terbesar mobil dunia asal Jerman, melanggar ketentuan terkait dengan jumlah emisi mobil-mobil hasil produksinya. Harga saham Volkswagen menurun drastis. Pemecatan besar-besaran serta denda milyaran Euro pun sudah menunggu di depan mata.

Banyak analisis diajukan atas masalah ini. Intinya adalah, Volkswagen telah menipu pemerintah dan masyarakat terkait dengan jumlah polusi yang dihasilkan oleh mobil-mobilnya. Ia tidak hanya melanggar hukum dan menodai kepercayaan masyarakat, tetapi juga merusak alam. Pola pelanggaran semacam ini sudah terjadi begitu sering di dunia. Perusahaan-perusahaan multinasional mengabaikan semua hal, demi mendapatkan keuntungan yang lebih banyak lagi.

Pertanyaan kecil pun menggantung di kepala saya. Mengapa perusahaan yang sudah begitu kaya dan besar masih saja terjebak pada kerakusan akan uang? Bukankah mereka sudah amat sangat kaya, bahkan untuk ukuran perusahaan mobil raksasa yang usianya sudah hampir 100 tahun? Apa yang sebenarnya terjadi?

Salah Paham

Yang jelas, Volkswagen mengalami kesalahpahaman mendasar. Mereka mengira, bahwa uang adalah hal terpenting dalam hidup. Akibatnya, mereka menipu pemerintah dan masyarakat, guna mendapat uang lebih banyak lagi. Sayangnya, pandangan yang salah semacam ini justru memukul balik Volkswagen itu sendiri.

Volkswagen tidak sendiri. Begitu banyak orang mengalami kesalahpahaman yang sama. Mereka mengira, hal terpenting di dunia

adalah uang. Ketika uang banyak, mereka justru bingung, dan akhirnya melakukan hal-hal yang justru menghancurkan diri mereka sendiri.

Mereka bilang, mereka butuh uang untuk hidup. Ini akhirnya menciptakan semacam lingkaran setan yang tidak masuk akal. Orang bekerja untuk hidup, sementara hidupnya diisi dengan bekerja lebih banyak lagi. Tak heran, dengan pola hidup semacam ini, banyak orang menderita dalam hidupnya.

Banyak orang juga bilang, bahwa mereka mencari uang untuk keluarga. Ini tentu masuk akal dan benar. Akan tetapi, apakah bisa dibenarkan, jika kita mencari uang untuk keluarga kita, dan menipu keluarga-keluarga lainnya? Lagi pula, seberapa banyak sih uang yang kita butuhkan untuk menghidupi keluarga kita? Milyaran Euro?

Kebingungan menghasilkan kesalahpahaman semacam ini. Kesalahpahaman akhirnya membuahkan penderitaan yang lebih banyak lagi. Kita tidak paham, apa yang terpenting dalam hidup ini, dan akhirnya melakukan hal-hal bodoh. Orang lain pun kena getahnya, akibat dari kebodohan kita.

Yang Terpenting

Lalu, apa yang terpenting dalam hidup ini? Jawabannya jelas bukan uang. Saya bahkan berani berpendapat, bahwa yang terpenting dalam hidup ini pun bukan hidup itu sendiri. Keluarga, bahkan memahami "tuhan", pun juga bukan merupakan hal terpenting dalam hidup ini. Hidup, uang, keluarga dan tuhan tentu penting, tetapi bukanlah yang terpenting.

Yang terpenting dalam hidup ini adalah memahami, siapa kita sebenarnya. Kita punya tugas utama dalam hidup ini, yakni menyadari jati diri sejati kita sebagai manusia. Jika kita bisa menyadari ini, maka kita akan menemukan kebebasan serta kebahagiaan yang sejati. Kita pun lalu bisa membantu mengembangkan kehidupan orang lain dan masyarakat kita.

Ini bukan hanya pandangan saya. Beragam pandangan di berbagai belahan dunia juga berpendapat yang sama. Tradisi Vedanta di India, filsafat Stoa di Yunani Kuno, tradisi Mistik Kristen, tradisi Sufisme di Islam, tradisi Zen di Jepang dan pandangan hidup suku Sioux di Amerika Utara menanyakan pertanyaan penting yang sama, siapakah kita sesungguhnya? Pertanyaan ini adalah pertanyaan terpenting di dalam hidup manusia.

Jati Diri Sejati

Yang jelas, kita bukanlah nama kita. Nama adalah pemberian orang tua. Itu bisa diganti. Kita juga bukan agama, ras ataupun suku kita. Semua itu bisa berubah.

Kita perlu mencari yang tak berubah di dalam diri kita. Tubuh kita berubah. Pikiran kita pun berubah. Yang tak berubah adalah jati diri sejati kita sebagai manusia.

Jati diri ini adalah kesadaran murni (*pure awareness*) kita. Namun, kesadaran bukanlah otak. Otak adalah bagian dari tubuh. Dan kita jelas bukanlah tubuh kita.

Kesadaran inilah yang memungkinkan kita membaca tulisan ini. Kesadaran inilah yang memungkinkan kita terus bernafas. Ia adalah sumber dari segala aktivitas di dalam diri kita. Ia selalu ada, bahkan ketika kita pikun, atau masuk dalam keadaan koma.

Kesadaran Murni

Sayangnya, kita sering lupa pada jati diri sejati kita ini. Kita lupa, bahwa kita bukanlah identitas sosial kita. Kita melupakan jati diri sejati kita, meskipun ia selalu ada bersama kita. Untuk melampaui kelupaan semacam ini, ada satu metode yang bisa digunakan, yakni metode mencerap (*perceiving method*).

Sejak kita lahir di dunia ini, kita sudah mencerap segala sesuatu. Kita merasakan segala sesuatu secara langsung. Kita tidak menilai ataupun menganalisis. Kita bisa mencerap, karena kita memiliki kesadaran murni di dalam diri kita.

Lalu, kita belajar bahasa dan konsep dari keluarga kita. Kita juga belajar di sekolah. Kita juga mulai belajar untuk melakukan analisis dan penilaian atas segala sesuatu. Akhirnya, kita berhenti untuk mencerap, dan selalu menggunakan daya analisis dan daya penilaian di dalam hidup kita.

Ketika ini terjadi, kita melupakan jati diri sejati kita, yakni kesadaran murni kita. Kita terjebak pada dunia konsep dan dunia analisis. Kita menilai segala sesuatu. Kita pun sulit untuk menemukan kedamaian dan kebahagiaan di dalam hidup kita, karena terlalu banyak berpikir.

Analisis jelas diperlukan di dalam hidup kita. Daya penilaian juga amat penting. Namun, keduanya bukanlah yang terpenting. Yang terpenting adalah kesadaran murni kita.

Kesadaran murni juga merupakan sumber dari daya analisis dan daya penilaian kita. Kesadaran murni ini tidak dapat ditunjuk, tetapi dapat dengan mudah dirasakan. Kita hanya perlu berhenti untuk menganalisis dan menilai. Kita hanya perlu mencerap segala yang ada dari saat ke saat, tanpa analisis dan tanpa penilaian.

Ketika ini dilakukan, pikiran kita menjadi jernih. Kita menemukan ketenangan, kebebasan dan kebahagiaan di dalam diri kita sendiri. Kita lalu bisa menolong diri kita sendiri dan orang lain. Kita bisa berfungsi dengan baik sebagai manusia.

Melampaui Kelekatan

Ketika kita menyadari kembali kesadaran murni kita, segala kelekatan pun hilang. Kita tidak lagi melekat pada harta, uang, jabatan, keluarga dan bahkan pada hidup itu sendiri. Kita menemukan kebebasan yang sejati.

Dengan kata lain, kita tidak lagi kecanduan pada uang, kuasa, jabatan dan bahkan hidup itu sendiri. Kita bisa menggunakan itu semua sesuai fungsinya. Kita juga bisa menggunakan itu semua untuk membantu orang lain. Bahkan, kita bersedia mati untuk menyelamatkan orang lain.

Ketika kita menyadari kembali kesadaran murni kita, kita menciptakan jarak dengan segala hal. Kita tidak lagi terikat dengan identitas sosial maupun pikiran-pikiran kita. Kita lalu sadar, bahwa itu semua terus berubah, dan amat rapuh. Jarak semacam ini menciptakan kejernihan dan kewarasan di dalam diri kita.

Dengan kejernihan dan kewarasan, kita bisa hidup dengan jernih dari saat ke saat. Kita mencerap dari saat ke saat. Kita menggunakan analisis dan penilaian, jika diperlukan. Selebihnya, kita beristirahat di dalam rumah kesadaran murni di dalam diri kita sendiri.

Jika setiap orang menyadari kesadaran murni di dalam dirinya, hidup bersama akan menjadi mudah. Perbedaan tidak menjadi sumber bagi konflik, melainkan sumber bagi dialog. Politik menjadi efektif dan efisien. Korupsi, kolusi dan nepotisme pun hanya tinggal kenangan.

Jika para pemimpin Volkswagen belajar hal ini, tentu mereka tidak akan terjebak dalam skandal. Pemerintah dan masyarakat juga tidak akan tertipu mentah-mentah. Alam juga tidak akan rusak, karena kerakusan mereka. Namun begitu, kesempatan masih terbuka, juga bagi Volkswagen.

Untuk apa kekayaan berlimpah, tetapi kita tidak mengenal, siapa diri kita? Untuk apa nama besar dan jabatan tinggi, tetapi kita hidup dalam kelekatan dan penderitaan? Untuk apa memiliki kecerdasan tinggi, tetapi terjebak terus dalam kecemasan dan kesepian? Saya harap, kita mulai tergerak untuk melakukan tugas utama kita di dalam hidup, yakni menyadari kembali jati diri sejati kita sebagai manusia.

Kita sudah Lelah

Pembakaran hutan di Indonesia adalah masalah lama. Ini sudah terjadi bertahun-tahun. Namun, masalah ini semakin besar belakangan ini, ketika asap mulai menutupi beragam tempat di Indonesia dan beberapa negara tetangga. Kerugian yang diciptakan oleh musibah ini menyentuh berbagai bidang kehidupan.

Hutan rusak. Keseimbangan ekosistem alam terancam. Ini tentu akan membawa beragam dampak lingkungan lainnya. Kita juga belum menghitung jumlah hewan dan tumbuhan yang mati, akibat pembakaran hutan tersebut.

Ketika kabut asap menutupi berbagai tempat, masalah kesehatan pun muncul. Banyak orang menderita infeksi saluran pernapasan atas, akibat masalah ini. Bahkan, di beberapa tempat, korban jiwa pun sudah berjatuhan. Jika terus berlanjut, beragam masalah kesehatan lainnya juga akan muncul.

Masyarakat sudah tahu, bahwa perusahaan-perusahaan besar adalah pelaku utama pembakaran hutan ini. Mereka tidak lagi percaya pada perusahaan-perusahaan tersebut. Ketidakpercayaan sosial semacam ini menciptakan keresahan sosial. Dari keadaan ini, banyak masalah sosial lainnya juga akan muncul, mulai dari konflik antar kelompok, sampai dengan kekerasan terhadap orang-orang yang tak bersalah.

Dalam banyak kasus, pelaku utama pembakaran hutan ini tetap tidak tersentuh. Ini tentu menjadi masalah hukum tersendiri. Perusahaan-perusahaan besar, banyak darinya adalah perusahaan asing, menyuap pegawai pemerintah dan aparat hukum, sehingga mereka lolos dari gugatan hukum. Hal ini tidak hanya merusak kewibaan hukum Indonesia, tetapi juga merendahkan konstitusi dasar negara ini sendiri.

Kekuasaan Bisnis

Cuaca yang semakin panas juga tidak membantu. Ini terjadi, akibat perubahan iklim yang kini sedang melanda bumi ini. Jika ditelisik lebih dalam, para pelaku utama pengrusakan lingkungan yang mengakibatkan perubahan iklim ini jugalah para perusahaan besar, terutama perusahaan-perusahaan multinasional. Kasus penipuan Volkswagen dan beberapa perusahaan mobil lainnya belakangan menunjukkan hal ini dengan jelas.

Ignatius Wibowo, pakar ekonomi politik Indonesia, juga melihat peran negara dalam hal ini. Negara tidak hanya membiarkan berbagai pelanggaran ini terjadi, tetapi justru mendukungnya. Negara, katanya, menjadi centeng dari perusahaan-perusahaan besar. Ini membuat seluruh keadaan menjadi semakin rumit.

Di dalam penelitiannya, Herry Priyono, filsuf dan pakar ekonomi politik, juga berulang kali menegaskan kekuasaan perusahaan-perusahaan besar ini. Ia merumuskan semacam teori kekuasaan bisnis. Tidak ada kontrol demokratis dari rakyat pada perusahaan-perusahaan ini. Akibatnya, mereka bisa bertindak semuanya untuk meningkatkan keuntungan, walaupun itu merugikan masyarakat luas.

Beberapa perusahaan multinasional juga memiliki sumber daya raksasa yang melebihi negara. Dengan kekayaan semacam ini, mereka bisa mempengaruhi berbagai kebijakan nasional maupun internasional, demi keuntungan mereka sendiri. Yang menjadi korban adalah negara miskin, terutama rakyat miskin yang hidup di negara miskin. Jutaan orang di berbagai belahan dunia meninggal setiap tahunnya sebagai akibat dari kebijakan perusahaan-perusahaan besar ini, baik secara langsung maupun tidak.

Revolusi Institusi Bisnis

Jelas, bahwa perubahan mendasar diperlukan. Perusahaan-perusahaan besar perlu mengalami revolusi dari struktur dasarnya,

supaya ia tidak lagi mengorbankan kepentingan masyarakat luas, demi keuntungan ekonomi semata. Sepak terjangnya perlu berada di bawah kontrol masyarakat luas. Namun, bagaimana ini dilakukan?

Pandangan lama mengatakan, bahwa perusahaan dimiliki oleh para pemegang saham. Ini terjadi di mayoritas perusahaan-perusahaan besar di dunia. Maka dari itu, perusahaan harus dijalankan dengan mengabdi pada kepentingan pemegang saham tersebut. Pendapatan para pemegang saham amat tergantung dari keberhasilan perusahaannya menjalankan bisnis.

Di dalam berbagai kebijakannya, para pemegang saham ini hanya memperhatikan satu hal, yakni bagaimana supaya perusahaan meraih keuntungan lebih besar lagi. Jika perusahaan bangkrut, maka mereka kehilangan segalanya. Oleh karena itu, seperti dijelaskan Ha-Joon Chang, ekonom dari Universitas Cambridge, para pemegang saham hanya sibuk dengan keuntungan jangan pendek semata. Ini dilakukan dengan mengorbankan investasi jangka panjang, dan juga seringkali mengorbankan kepentingan kelompok-kelompok lainnya.

Ketika krisis melanda, para pemegang saham juga bersikap reaksioner dengan menjual saham mereka. Ini membuat keadaan perusahaan menjadi semakin sulit. Korban terbesar tentu di kalangan pekerja perusahaan tersebut. Ketika pemecatan besar-besaran terjadi, masyarakat luas dan negara pun mengalami kerugian. Ini yang kerap tidak diperhatikan oleh para pemegang saham.

Akuntabilitas Bisnis

Jalan keluar dari masalah ini adalah dengan mengubah struktur kepemilikan perusahaan. Di beberapa negara, pemiliki perusahaan-perusahaan besar bukan hanya para pemegang saham, tetapi juga pemerintah dan beberapa elemen masyarakat sipil, seperti perwakilan pekerja dan tokoh masyarakat yang dianggap mumpuni. Kebijakan

nasional dibuat, supaya susunan ini tidak dengan mudah dirubah, terutama jika krisis melanda.

Perusahaan Renault di Prancis sudah menjalankan ini. Beberapa Bank besar di Korea, Jepang dan negara-negara Eropa menggunakan struktur kepemilikan perusahaan semacam ini. Semua ini dilakukan, supaya bisnis tetap berada dalam kontrol masyarakat luas, terutama dalam kaitan dengan kelestarian lingkungan. Ketika struktur kepemilikan sudah diatur ulang, maka kebijakan-kebijakan perusahaan-perusahaan besar itu pun bisa lebih dipertanggungjawabkan.

Model semacam ini juga menjami keberlangsungan (*Nachhaltigkeit*) perusahaan dalam kaitan dengan kehidupan masyarakat yang lebih luas dan pelestarian lingkungan hidup. Franz Joseph Radermacher, ahli teknologi dan ekologi di Jerman, menyebutnya sebagai tata kelola ekonomi yang berpijak pada kesadaran sosial dan ekologis (*ökosoziale Marktwirtschaft*). Kontrol dari pemerintah dan masyarakat sipil tidak hanya berlangsung dari luar perusahaan, seperti yang sekarang ini terjadi, tetapi juga dari dalam perusahaan itu sendiri, yakni dari para pemiliknya. Model semacam ini juga memastikan investasi jangka panjang di dalam perusahaan tersebut bisa terus berlangsung.

Di tengah beragam pelanggaran berat yang dilakukan oleh perusahaan-perusahaan besar di seluruh dunia, revolusi dari institusi bisnis mutlak diperlukan. Kita sudah lelah dengan eksploitasi tenaga kerja oleh perusahaan-perusahaan besar yang menekan upah buruh serendah-rendahnya. Kita juga sudah lelah dengan eksploitasi sumber daya alam yang mereka lakukan. Kita sudah jenuh dengan kebijakan pembuangan limbah sembarangan, sampai dengan pembakaran hutan, demi keuntungan ekonomi sesaat perusahaan-perusahaan tersebut.

Untuk apa sebuah negara memiliki perusahaan-perusahaan raksasa dengan modal besar, tetapi alamnya rusak? Untuk apa sebuah negara memiliki gemilau perusahaan-perusahaan dengan merk keren, tetapi kesenjangan antara si kaya dan si miskin begitu besar? Bukankah ini akan menciptakan keadaan hidup bersama yang tidak nyaman? Lebih

dari itu, bukankah ini akan menciptakan keadaan yang subur untuk kebencian, iri hati dan akhirnya konflik yang memakan banyak korban? Mau sampai kapan?

Dua Sayap Pendidikan

Di berbagai negara, kita menemukan banyak pejabat politik yang terjebak korupsi. Mereka memiliki gelar pendidikan tinggi. Mereka juga memiliki nama baik di lingkungan sosialnya. Namun, latar belakang pendidikan tinggi, pengetahuan agama, serta nama baik sama sekali tidak menghalangi mereka untuk mencuri dan merugikan orang lain.

Kecenderungan yang sama juga sering kita temukan di kalangan pemuka agama. Mereka adalah orang-orang yang dianggap bijak, karena memiliki pengetahuan agama yang tinggi. Namun, kerap kali, mereka juga jatuh ke dalam sikap bejat yang sama. Korupsi, pemerkosaan, penipuan, serta beragam pelanggaran lainnya juga kerap mereka lakukan, karena kerakusan dan kekosongan batin yang mereka alami.

Kita juga sering mendengar berita tentang perilaku bejat para manajer dan direktur perusahaan-perusahaan besar. Mereka menggunakan segala cara, guna meraih keuntungan ekonomis. Mereka juga tak segan untuk merugikan orang lain, guna mencapai tujuan itu. Kekayaan dan kecerdasan justru bisa digunakan untuk tujuan-tujuan yang merusak.

Mengapa ini bisa terjadi? Mengapa pengetahuan yang luas tidak menjamin orang bebas dari korupsi? Mengapa pengetahuan agama yang mendalam tidak mendorong orang menjadi lebih baik, melainkan justru menjadi lebih bejat dengan menggunakan pembenaran-pembenaran palsu dari pengetahuan agama yang dimilikinya? Pertanyaan-pertanyaan inilah yang mesti kita jawab bersama.

Akar dari gejala ini adalah cacat di dalam paradigma pendidikan kita di Indonesia. Pendidikan kita tak punya sayap. Di dalam tradisi Filsafat Timur, pendidikan selalu dilihat sebagai kerja sama dari dua

aspek yang tak terpisahkan, yakni pengetahuan dan pengalaman. Ketika dua sayap ini ada, barulah pendidikan bisa mendorong orang tidak hanya untuk cerdas, tetapi juga terbang menuju kebijaksanaan.

Pengetahuan bisa diperoleh, ketika kita mendengar ajaran dari orang lain. Kita juga bisa memperoleh pengetahuan dari membaca buku. Dengan pengetahuan yang ada, kita bisa meningkatkan mutu hidup kita, sekaligus membantu orang lain. Namun, pengetahuan semata tidaklah cukup, karena kita masih menciptakan jarak antara diri kita dengan kenyataan melalui konsep-konsep yang kita rumuskan.

Yang lebih penting adalah pengalaman. Pengalaman disini adalah persentuhan langsung dengan kenyataan apa adanya, tanpa terlebih dahulu dihalangi oleh konsep. Pola semacam ini dapat diperoleh, jika orang melakukan refleksi, yakni melihat jauh ke dalam dirinya sendiri, guna memahami jati diri sejatinya sebagai manusia. Inilah kiranya yang kurang di dalam paradigma pendidikan di Indonesia.

Pemahaman akan jati diri sejati berarti orang bergerak melampaui segala bentuk pemahaman yang terkait dengan identitas sosial. Kita bukanlah identitas sosial kita. Itu hanya satu bagian kecil dari kemanusiaan kita. Pemahaman akan jati diri sejati, ditambah dengan pengetahuan yang luas, akan mendorong orang masuk ke dalam kebijaksanaan.

Ketika pendidikan tidak bersayap, ia justru akan menghasilkan manusia-manusia bodoh. Ketika pendidikan hanya memiliki satu sayap, ia akan rapuh dan akan menghasilkan manusia-manusia yang cacat. Ketika pendidikan hanya berfokus pada pengetahuan, ia akan menghasilkan manusia-manusia cerdas yang siap menipu dan korupsi, ketika ada kesempatan. Ketika pendidikan hanya berfokus pada pengalaman, ia akan menghasilkan manusia-manusia yang tidak terampil, dan tidak memiliki arah.

Kita tidak perlu lagi orang pintar. Sudah banyak orang pintar di muka bumi ini. Yang kita butuhkan adalah orang yang hidup dalam dua sayap pendidikan, yakni pengetahuan dan pengalaman. Buat

apa gelar tinggi dan pengetahuan agama yang luas, jika itu hanya digunakan untuk membenarkan perilaku bejat di dalam kehidupan? Buat apa gelar tinggi dan tampilan memikat, namun hatinya kosong dan menderita, sehingga menciptakan penderitaan tidak hanya untuk dirinya sendiri, tetapi untuk orang lain?

Paris

Mereka menyebutnya "Jumat tanggal 13", seperti dalam film horror terkenal *Friday the 13th*. Salah satu kota terbesar Eropa tersebut dihantam serangan teror di berbagai tempat pada 13 November 2015. Sampai tulisan ini dibuat, lebih dari 140 orang mati terbunuh di Paris. Ketakutan dan kemarahan bagaikan udara yang kini dihirup tidak hanya oleh para penduduk kota Paris, tetapi juga oleh seluruh Eropa.

Lingkaran Kekerasan

Lingkaran kekerasan kini berlanjut, dan ini tak dapat dipisahkan dari brutalitas yang telah terjadi sebelumnya. Amerika Serikat, dengan Prancis dan berbagai negara di Eropa lainnya sebagai sekutunya, sudah menyerang Irak dan menurunkan Sadam Hussein dengan paksa. Ini dimulai sejak serangan 2003 lalu. AS dan sekutunya juga menyerbu Libya dengan kekerasan militer yang brutal. Sampai detik ini, AS dan sekutunya terus mendukung gerakan teroris yang menyerang pemerintahan Assad di Suriah.

Jutaan orang terbunuh, akibat serangan militer brutal tersebut. Akibatnya, seluruh Timur Tengah masuk ke dalam kekacauan. Kelompok teroris seperti ISIL, Al Qaeda dan Taliban memperoleh angin segar untuk terus menyebarkan teror mereka. Sementara, AS dan sekutunya, termasuk Arab Saudi, terus memberikan dukungan dana dan senjata kepada beragam kelompok ekstrimis Islam di Timur Tengah, guna menyerang Iran dan sekutunya.

AS dan sekutunya secara sengaja menciptakan dan mendukung gerakan ekstrimis Islam di berbagai penjuru dunia demi memenuhi kepentingan politik mereka. Di satu sisi, ada kepentingan penguasaan minyak di Timur Tengah. Di sisi lain, ada kepentingan untuk

melindungi Israel dengan kebijakan rasis dan merusaknya di Palestina. Ini bukan rahasia lagi sebenarnya.

Apa yang terjadi di Paris pada Jumat 13 November 2015 adalah bagian dari rantai kekerasan yang telah terjadi sebelumnya. Ini adalah buah dari dendam, akibat perang dan penderitaan yang dihasilkan selama ratusan tahun, demi memenuhi kepentingan politik jangka pendek semata. Hancurnya beragam institusi demokratis sekular di Timur Tengah dan Asia juga merupakan dampak dari sepak terjang AS dan sekutunya pada abad 20 lalu. Tak heran, kini Timur Tengah hidup dalam kemiskinan akut, kesenjangan sosial ekstrem dan kekerasan yang tak kunjung henti.

Sebab Akibat

Rantai sebab akibat sebenarnya amat jelas dalam hal ini. Kekerasan kolonialisme yang berlangsung selama lebih dari 500 tahun oleh negara-negara Eropa, ditambah dengan kebijakan luar negeri AS dan sekutunya dewasa ini, telah menciptakan beragam gerakan teroris ekstrem di seluruh dunia sekarang ini. Gerakan teror ini bukanlah sebuah kebetulan, melainkan bagian dari lingkaran kekerasan dan sebab akibat yang memiliki pola yang jelas. Semuanya tercatat dan terbuka untuk mata kita, asal kita mau melihat.

Darah mereka yang terbunuh di Paris 13 November 2015 terkait erat dengan kekerasan dan kerakusan yang telah terjadi sebelumnya. Ini bukan cerita sederhana soal orang jahat yang menyerang orang baik. Ini adalah cerita soal penderitaan tanpa henti yang menghasilkan dendam membara untuk melahirkan kekerasan yang lebih besar lagi. Saya yakin, kekerasan tidak akan berhenti disini. Serangan balik yang jauh lebih mematikan akan dilakukan oleh pemerintah Prancis dan sekutunya.

Sejarah mencatat, dendam tidak akan pernah menyelesaikan masalah. Dendam mendorong kebencian dan kekerasan. Buahnya adalah

penderitaan dan dendam lebih jauh. Dendam membutakan mata kita dari realitas, dan menggiring kita untuk menciptakan neraka di dunia.

Yang lebih menyedihkan, lingkaran kekerasan dan rantai sebab akibat yang menghasilkan teror di Paris amatlah jelas dan terang. Informasi tentang hal ini terbuka lebar untuk dibaca dan dianalisis oleh masyarakat luas. Namun, ini semua ini diabaikan. Orang lebih senang tenggelam dalam pola hidup konsumtif dan hedonis tanpa henti, serta hidup dalam prasangka pada mereka yang memiliki pandangan hidup yang berbeda.

Dendam harus Berhenti

Jalan keluar dari semua ini hanya satu, berhenti membalas. Kita harus kembali belajar pada ajaran luhur yang menghasilkan peradaban tinggi di dunia, bahwa pengampunan adalah jalan keluar dari segala kekerasan. Selama dendam masih membara di dada, selama itu pula kematian, pembunuhan, perang dan penderitaan akan tercipta. Hanya pengampunan yang berpijak pada kesadaran untuk menghentikan kekerasan yang bisa memutus kejahatan dan kebencian yang kini terasa begitu kuat di seluruh dunia.

Logika mata ganti mata sudah terbukti hanya membawa penderitaan lebih jauh. Keadilan yang dikejar oleh hasrat untuk membalas dendam tidak akan pernah menciptakan perdamaian yang sejati. Penegakkan hukum yang berpijak pada kebencian di hati bagaikan melempar minyak di api kekerasan dan dendam yang masih membara di dada. Mau sampai kapan?

Namun, pengampunan memang tidak bisa datang dari langit. Pengampunan lahir dari kebijaksanaan hati dan pikiran yang terlatih. Inilah yang kita lupa. Sistem pendidikan dunia sibuk menyuapi orang dengan fakta, dan lupa untuk melatih pikiran untuk melihat kenyataan apa adanya. Akibatnya, begitu banyak orang hidup dalam penderitaan dan delusi yang memperpanjang rantai kekerasan berikutnya.

Darah di Paris, di Suriah, di Palestina, di Myanmar, di Tibet, di Papua dan di seluruh dunia adalah buah dari kedunguan kita semua. Sampai kapan kita mau membalas dendam untuk luka dan penderitaan yang kita alami? Sampai kapan kita mau menutup mata dari fakta, bahwa dendam justru menghancurkan diri kita sendiri, dan menghasilkan kekerasan serta penderitaan yang lebih besar lagi? Sampai kapan kita mau hidup seperti ini di dunia?

Adu Domba

Taktik adu bomba mungkin adalah taktik yang paling jitu untuk menjajah bangsa lain. Taktik ini tidak membutuhkan biaya banyak, namun amat efektif untuk melemahkan lawan. Ia menjadi taktik utama dari berbagai penguasa absolut di sepanjang sejarah manusia untuk menjajah dan menaklukan. Tingkat keberhasilannya pun nyaris sempurna.

Logika Adu Domba

Taktik adu domba menggunakan logika adu domba. Ada empat ciri utama dari logika ini. Yang pertama adalah penciptaan perpecahan di dalam masyarakat.

Logika adu domba dimulai dengan menyebarkan sebuah berita tertentu yang menciptakan perpecahan dan kecurigaan di dalam kelompok tertentu. Berita ini begitu sensasional, dan biasanya amat sulit untuk diperiksa kebenarannya. Banyak orang resah atas berita ini. Keresahan serta kecurigaan tersebut lalu menciptakan perpecahan di dalam kelompok, yang akhirnya melemahkan persatuan serta kesatuan kelompok tersebut.

Pemerintah Romawi Kuno menggunakan taktik ini, ketika mereka menyerbu Yunani sekitar 200 tahun sebelum Masehi lalu di Eropa. Keduanya adalah negara yang kuat. Namun, Yunani menjadi lemah, karena ada perpecahan di dalam negaranya. Perpecahan tersebut disebabkan oleh taktik adu domba yang digunakan oleh tentara Romawi.

Ciri kedua adalah adanya pihak-pihak tertentu di belakang layar yang memperoleh keuntungan dari perpecahan yang ada. Pihak-pihak ini biasanya adalah pihak asing yang memiliki kepentingan tertentu,

terutama kepentingan politik dan ekonomi. Mereka bertanggung jawab atas berita yang tersebar dan meresahkan masyarakat. Mereka dikenal sebagai provokator atau aktor di belakang layar yang memicu perpecahan.

Belanda menggunakan taktik ini, ketika ia hendak menjajah Indonesia lebih dari 300 tahun yang lalu. Beragam kerajaan yang ada diadu domba, sehingga mereka saling curiga dan bahkan berperang satu sama lain. Akibatnya, mereka menjadi lemah, dan dengan mudah dikalahkan oleh Belanda. Belanda lalu akhirnya menjadi penguasa politik dan ekonomi di berbagai pulau di Indonesia.

Ciri ketiga adalah kerja sama terselubung. Di balik kecurigaan dan perpecahan yang terjadi, ada pihak dari luar yang mengajak salah satu dari pihak yang terpecah tersebut untuk bekerja sama. Mereka lalu membentuk persekutuan terselubung. Namun, yang kerap terjadi adalah persekutuan tersebut lalu hancur, karena pihak dari luar mengingkari janji mereka.

Inilah pola yang digunakan tentara Amerika Serikat untuk menghancurkan beragam Suku Indian yang ada di Amerika Utara. Pemerintah AS menyebarkan beragam berita bohong, guna memecah kerja sama di antara berbagai Suku Indian di Amerika Utara. Pemerintah AS lalu mengajak salah satu suku untuk bekerja sama, guna menghancurkan suku Indian lainnya. Namun, kerja sama tersebut lalu hancur, ketika pemerintah AS mengingkari janji mereka, dan justru menyerang sekutunya. Ini terjadi berulang kali di Amerika Utara.

Ciri keempat adalah pengalihan isu dan sumber daya. Perpecahan dan kecurigaan yang terjadi biasanya membuat kelompok masyarakat tersebut melupakan hal-hal yang penting. Mereka menghabiskan sumber daya mereka untuk berperang satu sama lain, sehingga kekuatan ekonomi dan budaya mereka pun melemah. Di dalam keadaan itu, pihak dari luar bisa dengan mudah datang dan menghancurkan mereka.

Kerajaan Inggris menggunakan taktik ini, ketika mereka hendak menguasai Cina pada awal abad 20 yang lalu. Mereka memaksa kekaisaran Cina untuk terus berperang dengan kelompok pemberontak yang diciptakan oleh kerajaan Inggris. Akibatnya, begitu banyak sumber daya ekonomi habis untuk berperang, dan Cina pun lalu menjadi lemah. Kerajaan Inggris lalu menyerang Cina, walaupun tidak pernah bisa sepenuhnya menaklukkan Cina.

Seperti sudah kita lihat, taktik adu bomba sudah begitu sering digunakan di dalam sejarah oleh para penjajah di berbagai belahan dunia. Mereka ingin memperluas kekuasaan dan mengeruk keuntungan ekonomi secara tidak adil dari bangsa-bangsa lain. Begitu banyak orang mati, akibat taktik ini. Begitu banyak kerajaan dan bangsa hancur, akibat taktik ini.

Sikap Kritis Kita

Namun, taktik dan logika adu domba bisa dilawan. Kita perlu peka terhadap segala bentuk upaya adu domba yang terjadi di masyarakat kita. Kita perlu membangun sikap kritis, sehingga kita tidak mudah dipecah oleh beragam isu dan berita bohong. Sikap kritis berarti kita berani mengajukan pertanyaan-pertanyaan secara rasional tentang berbagai berita yang kita dengar, terutama berita-berita yang menimbulkan kecurigaan dan perpecahan.

Di sisi lain, kita juga perlu peka dengan berbagai hubungan kekuasaan yang ada. Kita perlu bertanya, siapa yang diuntungkan dari kecurigaan dan perpecahan yang terjadi? Jika kita menelan mentah-mentah berbagai berita yang ada, terutama berita-berita yang disebarkan oleh media-media besar dunia, maka kita akan mudah diadu domba. Ketika taktik adu domba sudah menyusupi kelompok kita, maka peluang untuk hancur, akibat penaklukkan pihak luar, akan menjadi semakin besar.

Belakangan ini, kelompok Muslim di berbagai belahan dunia menjadi target dari pemberitaan terkait dengan terorisme yang terjadi di Beirut, Afganistan, Mali dan Prancis. Banyak komunitas Muslim yang tak bersalah lalu mengalami diskriminasi di berbagai bidang, mulai dari politik, ekonomi sampai dengan pendidikan. Kita jelas perlu bersikap kritis terhadap ini. Kita juga perlu peka pada hubungan-hubungan kekuasaan yang terjadi di belakang pemberitaan ini, terutama soal pengalihan isu serta tentang pihak-pihak yang diuntungkan dari perpecahan yang ada.

Kita juga jelas perlu belajar dari sejarah kita sendiri. Nusantara Indonesia takluk dibawah berbagai penjajahan negara-negara Eropa selama ratusan tahun, akibat taktik adu domba ini. Kita tidak boleh mengulang kesalahan yang sama. Harganya terlalu mahal, yakni hancurnya bangsa Indonesia dan hilangnya nyawa jutaan orang, seperti yang terjadi di masa silam, jika kita jatuh kembali pada lubang yang sama. Harganya sungguh terlalu mahal…

Kamu adalah Pengungsi

Usiamu 29 tahun. Kamu punya seorang istri, dan dua orang anak kecil. Kamu punya pekerjaan yang bagus di kota tempat tinggalmu. Gajimu cukup. Kamu bisa menabung, dan hidup dengan nyaman. Kamu punya rumah kecil di pinggir kota.

Tiba-tiba, keadaan politik di negaramu berubah. Dalam waktu beberapa bulan, banyak tentara lalu lalang di depan rumahmu. Mereka memaksamu untuk ikut berperang bersama mereka. Jika kamu tidak mau, kamu akan ditembak. Salah seorang tetanggamu berani melawan mereka. Ia ditembak. Mati.

Salah seorang tentara mengancam untuk memperkosa istrimu. Kamu tidak merasa aman lagi di rumahmu sendiri. Daerah perumahanmu sudah nyaris rata dengan tanah, karena dibom. Hampir tidak ada gedung yang utuh.

Kamu memutuskan untuk membawa seluruh keluargamu ke luar kota, kembali ke rumah orang tuamu di kota lain. Namun, rumah itu sudah tidak ada. Orang tuamu juga sudah mati tertembak. Tidak ada mayat. Tidak ada kabar.

Mereka bilang: ”Namun, para pengungsi itu punya banyak barang bagus. Mereka punya Smartphone mewah! Baju mereka pun bagus-bagus!”

Dalam keadaan panik, kamu dan keluargamu segera berkemas. Kamu memasukan semua pakaian yang kiranya dibutuhkan untuk perjalanan. Apa yang akan kamu bawa? Kamu mungkin tidak akan kembali ke tanah airmu lagi. Bagaimana kamu bisa mendengar kabar dari mereka? Dengan terburu-buru, kamu memasukkan smartphone yang kamu punya ke dalam tas. Kamu juga membawa beberapa baju, beberapa makanan, dan boneka kesayangan anakmu.

Mereka bilang: "Para pengungsi itu punya banyak uang. Mereka bisa kabur buktinya!"

Kamu sudah tahu sebelumnya, bahwa krisis akan datang. Kamu menarik semua uang yang kamu punya dari bank, dan menjual semua hartamu. Uang 150 juta Rupiah pun terkumpul. Untuk bisa mengungsi ke negara lain, kamu harus membayar 50 juta rupiah untuk satu kepala. Dengan sedikit keberuntungan, kamu bisa pergi sebagai satu keluarga. Jika tidak, kamu harus merelakan istrimu untuk pergi bersama kedua anakmu. Akhirnya, semua uangmu habis. Yang ada hanya tas berisi pakaian. Kamu harus berjalan kaki selama dua minggu untuk mencapai pelabuhan.

Perutmu lapar. Selama seminggu terakhir, kamu nyaris tidak makan. Tubuhmu lemah. Tubuh istrimu pun juga lemah. Namun, setidaknya, kedua anakmu mendapatkan cukup makan dan minum. Mereka terus menangis sepanjang perjalanan. Kamu juga harus menggendong anakmu yang paling kecil. Usianya baru 21 bulan. Dua minggu lagi, kamu akan tiba di pelabuhan.

Di malam yang gelap, kamu dan keluargamu masuk ke dalam kapal bersama para pengungsi lainnya. Kamu beruntung, bahwa seluruh keluargamu bisa pergi mengungsi. Kapal laut itu terlalu kecil, dan penumpang terlalu banyak. Semoga ia tidak tenggelam. Orang-orang di sekitarmu berteriak dan menangis.

Beberapa anak kecil sudah meninggal, karena kehausan. Mayat mereka dibuang ke laut begitu saja. Istrimu duduk di pinggir kapal. Dia tidak makan dan minum selama dua hari ini. Setelah beberapa waktu, kamu harus berpisah dengan mereka. Istrimu dan anak tertuamu di satu kapal, dan kamu bersama anak terkecilmu di kapal lain.

Kamu dipaksa untuk tetap diam sepanjang perjalanan, supaya kapalmu tidak dicurigai tentara. Anak tertuamu mengerti. Namun, anak terkecilmu terus menangis. Para pengungsi lainnya tampak prihatin. Mereka meminta kamu untuk menenangkan anakmu. Salah seorang dari mereka merebut anakmu darimu, dan membuangnya ke laut.

Kamu melompat untuk menyelamatkan dia. Namun, cahaya terlalu gelap. Udara dan air terlalu dingin. Kamu tidak bisa menemukannya. Kamu tidak akan pernah bisa melihat dia lagi. Padahal, tiga bulan lagi, usianya dua tahun….

Mereka bilang: "Tapi, para pengungsi itu hanya menjadi parasit disini! Mereka mengemis, tanpa mau berusaha!"

Sampai detik ini, kamu tidak tahu, kemana kamu akan pergi. Kamu duduk sendiri. Istrimu dan anak tertuamu ada di kapal lain. Kamu beruntung, akhirnya, kamu bisa bertemu lagi dengan mereka. Istrimu hanya terdiam, ketika kamu bercerita tentang anak terkecilmu. Anak tertuamu memeluk boneka adiknya yang telah meninggal. Ia tampak membeku…

Akhirnya, kamu tiba di daratan. Tempat ini disebut kamp pengungsi darurat. Orang-orang dengan berbahasa asing berteriak mengatur keadaan. Ada 500 tempat tidur yang saling berdempetan satu sama lain.

Lebih dari tiga hari, kamu tidak makan dan minum. Tubuhmu lemas. Kamu berharap untuk mati saja. Lalu, kamu melihat istri dan anakmu. Kamu memeluk mereka ke dalam dekapanmu. Kamu tertidur bersama mereka.

Mereka bilang: "Mereka sudah enak hidupnya disini. Tidak perlu kerja, tapi dapat makan! Mereka harus merasa bahagia!"

Esok paginya, kamu mendapat makan dan minumnya untuk pertama kalinya setelah beberapa hari. Kamu memeriksa teleponmu, menantikan kabar dari keluargamu di tanah air. Tidak ada kabar apapun.

Segerombolan orang datang dan berteriak, "Kembali ke rumahmu! Kamu tidak diinginkan disini!"

Kamu adalah pengungsi…

Jutaan pengungsi dari Suriah dan beragam negara di Timur Tengah lainnya mengalami nasib semacam ini setiap harinya. Apakah kita sudah membantu? Dimana Indonesia? Dimana Arab Saudi? Dimana Qatar? Dimana negara-negara tetangga di Timur Tengah yang mengaku beragama dan beriman? Bukankah kita seharusnya saling membantu? Mau berapa mayat lagi dibuang di laut? Mau berapa anak kecil dan orang tak bersalah lagi yang harus jadi korban?

Diolah dari tulisan Faz Ali dan John Vibes dari media independen TrueActivist.com

Hak atas Justifikasi

Pemahaman tentang keadilan telah lama menjadi bagian dari diskusi di dalam filsafat Barat. Rainer Forst mencoba ikut serta di dalam diskusi tersebut di dalam bukunya yang berjudul *Das Recht auf Rechtfertigung: Elemente einer konstruktivistischer Theorie der Gerechtigkeit* yang diterbitkan pada 2007 lalu. Secara sederhana, judul buku itu dapat diterjemahkan sebagai "Hak atas Pendasaran: Elemen-elemen dari Teori Konstruktivis tentang Keadilan".

Di Jerman, Rainer Forst dikenal sebagai seorang filsuf politik. Ia memperoleh penghargaan Gottfried Wilhelm Leibniz pada 2012 lalu. Saat ini, ia bekerja sebagai Professor Teori Politik di dalam Departemen Ilmu Sosial Universitas Johann Wolfgang Goethe di Frankfurt, Jerman. Ia juga dikenal sebagai penerus tradisi Teori Kritis Mazhab Frankfurt. Di dalam berbagai tulisannya, Forst mencoba membuat sintesis antara teori-teori keadilan liberal, komunitarisme dan tradisi teori sosial kritis dari Jerman.

Hak atas Justifikasi

Bagi Forst, di balik beragam teori keadilan yang berkembang di dalam filsafat Barat, ada satu pengandaian yang sama, yakni kebutuhan untuk dihargai sebagai manusia yang memiliki hak untuk memperoleh pendasaran (*das Bedürfnis der Rechtfertigung*). Ketidakadilan terjadi, ketika orang tidak dianggap sebagai bagian dari proses-proses yang ada di dalam masyarakat. Ia dianggap tidak ada, dan beragam keputusan dibuat, tanpa mendengarkan keinginan maupun kebutuhannya. Pengabaian (*Vernachlässigung*) semacam ini menjadi dasar untuk beragam ketidakadilan lainnya, seperti ketidakadilan politis, ketidakadilan ekonomi, dan sebagainya.

Forst juga menafsir ulang makna dari kata martabat manusia (*Menschenwürde*) di dalam filsafat politik. Di dalam filsafat politiknya, martabat manusia dipahami sebagai hak dan kemampuan seseorang untuk memperoleh alasan yang kuat dari berbagai kebijakan dan tindakan yang mempengaruhi dirinya. Pengandaian dasar dari argumen ini sejalan dengan filsafat politik Habermas, bahwa setiap orang harus ikut serta secara aktif di dalam proses pembuatan kebijakan yang nantinya harus ia patuhi.

Teori Keadilan sebagai justifikasi menyatakan dengan tegas, bahwa tidak boleh ada satu pun tata politik ataupun tata sosial yang tidak dapat diterima secara bebas dan masuk akal oleh orang-orang yang ada di dalamnya. Setiap manusia mempunyai hak, menurut Forst, untuk tidak hidup di dalam tata sosial, politik, ekonomi ataupun budaya, yang tidak dapat ia terima secara bebas dan masuk akal sebagai manusia yang bermartabat. Setiap orang berhak untuk berkata "tidak" atas sistem moral ataupun aturan yang ditimpakan kepadanya. Ini hanya mungkin, karena setiap orang memiliki kebebasan untuk mempertanyakan keabsahan atau justifikasi (*Rechtfertigungsforderung*) dari hukum-hukum maupun tata moral-politik yang dikenakan kepadanya.

Pertanyaan-pertanyaan mendasar, seperti "Mengapa hukum semacam ini yang diberlakukan?", atau "Mengapa saya harus menjalani prosedur semacam ini?", adalah pertanyaan-pertanyaan terkait dengan pendasaran, atau justifikasi. Di balik pertanyaan-pertanyaan semacam ini, ada dua hal yang penting untuk diperhatikan. Yang pertama adalah kebutuhan akan penjelasan. Yang kedua adalah kebutuhan atas pendasaran moral dan keadilan dari kebijakan ataupun hukum yang harus saya patuhi. Jika dua hal itu tak terpenuhi, maka saya punya hak untuk menolak hukum ataupun kebijakan tersebut. Saya juga punya hak untuk memperoleh ganti rugi dari pelanggaran martabat yang telah terjadi pada diri saya.

Moralitas, Diskursivitas dan Intersubyektivitas

Di dalam buku ini, Forst juga menjabarkan pandangan beberapa filsuf terkait dengan moralitas sebagai akal budi praktis. Forst hendak melihat moralitas sebagai prinsip yang memandu kehidupan praktis manusia di bidang hukum, politik dan ekonomi. Satu prinsip dasar yang penting disini adalah, bahwa setiap orang harus bisa memberikan pertanggungjawaban atas tindakannya. Pertanggungjawaban ini haruslah bisa dimengerti serta dianggap bermutu oleh orang-orang lainnya yang mungkin tidak memiliki sudut pandang yang sama dengannya.

Forst di titik ini berada di dalam tradisi pemikiran Kant dan Habermas, bahwa moralitas adalah bagian dari penentuan diri manusia (*Selbstbestimmung*). Dengan kata lain, moralitas adalah otonom. Ia lahir dari kebebasan dan akal budi manusia, serta juga bisa dimengerti oleh orang-orang lainnya. Seperangkat aturan moral yang tidak lahir dari kebebasan dan akal budi manusia tidaklah layak disebut sebagai moralitas. Itu hanya penindasan atas martabat manusia yang menggunakan selubung-selubung luhur untuk menutupi kebusukannya.

Sebagai bagian dari otonomi manusia, moralitas juga harus bisa dipertanggungjawabkan secara timbal balik di depan orang-orang lainnya. Dengan kata lain, menurut Forst, moralitas juga harus memiliki aspek intersubyektivitas dan diskursif. Jika moralitas memiliki dua aspek ini, maka tidak ada alasan apapun bagi orang untuk tidak menerapkannya secara praktis di dalam hidup sehari-hari.

Untuk bisa mempertanggungjawabkan tindakannya, orang membutuhkan kemampuan untuk merefleksikan tindakannya (*Besinnungsfähigkeit*). Ia juga harus memiliki kemampuan untuk mengambil sudut pandang orang lain yang berbeda darinya (*Perspektiveübernahme*). Dua kemampuan ini tidak datang begitu saja, tetapi harus dikembangkan di dalam berbagai konteks, baik pendidikan

di keluarga maupun di sekolah dan masyarakat. Dengan kemampuan ini, orang lalu bisa menjadi pembuat keputusan yang bijak. Ia bisa mempertimbangkan berbagai kemungkinan, lalu membuat keputusan yang paling cocok untuk keadaan yang dihadapinya. Ia juga bisa menolak sebuah keputusan yang ditimpakan kepadanya tanpa dasar yang masuk akal. Hak untuk memperoleh pendasaran atau justifikasi juga berarti hak untuk berkata tidak.

Di sisi lain, kita juga mesti menghormati hak orang lain untuk berkata tidak. Hak untuk justifikasi tidak hanya berarti, bahwa kita punya hak untuk meminta penjelasan dan pendasaran, tetapi orang lain juga bisa menuntut penjelasan dan pendasaran pada kita. Ketika penjelasan dan pendasaran tersebut tidak diterima, maka orang lain juga bisa berkata tidak kepada kita. Inilah aspek timbal balik dari hak untuk justifikasi.

Keadilan Transnasional

Lebih jauh, Forst juga berbicara tentang konsep keadilan transnasional. Ia menyebutnya sebagai Teori Kritis Keadilan Transnasional (*kritische Theorie transnationaler Gerechtigkeit*). Para pemikir keadilan transnasional mencoba merumuskan teori keadilan yang berpijak pada fakta, bahwa semua negara saling terkait di era globalisasi sekarang ini. Peristiwa yang menimpa satu negara memberikan pengaruh kepada semua negara lainnya. Oleh karena itu, dunia internasional membutuhkan kerja sama yang semakin erat, guna mengatasi beragam permasalahan yang ada di berbagai belahan dunia secara bersama-sama.

Forst mencoba untuk menanggapi pandangan semacam ini. Baginya, masalah global utama sekarang ini adalah masalah kekuasaan. Oleh karena itu, analisis harus dimulai dengan menelaah berbagai hubungan kekuasaan yang terjadi, yang menciptakan ketidakadilan struktural di berbagai belahan dunia. Ketidakadilan struktural yang

lahir dari hubungan-hubungan kekuasaan yang tidak setara ini menjadi penghalang utama bagi terciptanya tata politik global yang memberikan keadilan dan kemakmuran. Kata "kekuasaan" menjadi kata kunci disini. Bagi Forst, teori keadilan harus pertama-tama berbicara soal kekuasaan. Gaya berpikir semacam ini adalah gaya berpikir khas Teori Kritis Mazhab Frankfurt.

Keadilan transnasional hanya dapat dicapai, jika beragam kekuasaan yang ada tunduk pada hak untuk justifikasi. Artinya, kekuasaan tersebut dapat dijelaskan secara masuk akal kepada semua pihak. Kekuasaan tersebut harus tunduk pada pendasaran yang masuk akal yang bersifat timbal balik. Hal ini bisa dituntut dengan argumen dasar, bahwa hak untuk justifikasi adalah hak mutlak yang harus dipenuhi, ketika sebuah kebijakan atau hukum akan diberlakukan.

Di dalam kondisi ideal, ini tentunya bisa diterima. Namun di dalam politik sehari-hari, kita tidak bisa memaksa sebuah negara untuk memberikan pendasaran yang masuk akal atas tindakan-tindakannya, terutama jika negara tersebut memiliki kekuasaan yang besar di tingkat internasional. Siapa yang berani menentang Amerika Serikat, ketika ia menyerang Irak berdasarkan alasan palsu? Di titik ini, pola hubungan kekuasaan yang tidak adil menjadi penghalang utama.

Relevansi dan Tanggapan

Pemikiran Forst tentang justifikasi bisa digunakan untuk memahami akar masalah di Papua sekarang ini. Masyarakat Papua kerap tidak diikutsertakan di dalam beragam pembuatan keputusan yang terkait dengan dirinya. Masalah Freeport hanyalah puncak gunung es dari beragam masalah lainnya, mulai dari korupsi, penipuan, peminggiran, diskriminasi, rasisme sampai dengan penyebaran penyakit mematikan. Semua masalah ini dapat diselesaikan, jika masyarakat Papua diberikan hak untuk menuntut penjelasan yang masuk akal, dan bahkan menolak, dari segala kebijakan yang ditimpakan kepadanya. Mereka

perlu diikutsertakan secara aktif di dalam berbagai proses pembuatan keputusan yang nantinya akan mempengaruhi hidup mereka, baik secara langsung ataupun tidak.

Teori Forst juga penting untuk melakukan kritik terhadap beragam kebijakan di tingkat nasional maupun internasional yang tertutup dari mata masyarakat luas. Kebijakan yang dibuat di dalam kerahasiaan semacam ini disebut juga sebagai kebijakan pintu belakang. Perjanjian rahasia antara Amerika Serikat dan para pemberontak teroristik di Suriah dan Irak adalah salah satu dari kebijakan pintu belakang tersebut. Kebijakan semacam ini merugikan banyak pihak, dan bahkan menimbulkan perang berkepanjangan, seperti yang terjadi di Timur Tengah sekarang ini. Hak atas justifikasi, sebagaimana dirumuskan oleh Forst, memaksa kebijakan tersebut untuk dibuka kepada masyarakat luas, dan dijelaskan dengan pendasaran-pendasaran yang masuk akal. Kebijakan tersebut juga bisa ditolak, ketika ia tidak memiliki pendasaran yang cukup kokoh.

Namun, pola hubungan yang berpijak pada penjelasan dan pendasaran yang masuk akal ini mengandaikan keberadaan sebuah budaya tertentu, yakni budaya berpikir rasional dan argumentatif. Ini tentunya tidak datang dengan sendirinya. Di negara dengan budaya berpikir rasional dan argumentatif yang masih rendah, hak untuk justifikasi semacam ini sulit untuk dipenuhi. Diperlukan sebuah sistem tertentu yang menopang hidup bersama kita, sehingga memungkinkan kemampuan kita untuk berpikir secara bebas, masuk akal dan argumentatif bisa berkembang.

Pandangan ini juga bertentangan langsung dengan kenyataan hidup manusia. Manusia tidak pernah sepenuhnya ditentukan oleh akal sehatnya. Ada hal-hal lain yang membuat mengingkari akal sehatnya, dan bahkan melampauinya sama sekali. Ini yang kiranya kurang menjadi pertimbangan dari para pemikir Teori Kritis di Jerman. Apa gunanya membuat teori yang sistematis, rasional dan kritis, tetapi

bertentangan dengan kenyataan dasar hidup manusia yang memiliki banyak dimensi?

Sumber Acuan

Forst, Rainer, *Das Recht auf Rechtfertigung: Elemente einer konstruktivistischer Theorie der Gerechtigkeit*, 2007

Van den Brink, Bert, "Recensie van: Rainer Forst (2007) Das Recht auf Rechtfertigung. Elemente einer konstruktivistischer Theorie der Gerechtigkeit. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 413 pp", *Krisis Journal of Philosophy*, 2008.

Wattimena, Reza A.A., *Melampaui Negara Hukum Klasik*, 2007.

——————————— (ed), *Filsafat Politik untuk Indonesia*, 2011.

————————————, "Dunia Baru, Masalah Baru, Metode Baru", *Majalah Basis*, 2013

Kematian dan Kesalahpahaman

Masih teringat jelas di kepala saya, ketika saya diberikan penjelasan, bahwa Bobo, anjing kesayangan saya, meninggal. Saya masih kecil, dan belum sungguh paham, apa artinya, jika sesuatu itu meninggal. Apakah dia menghilang? Begitu pertanyaan saya.

Mbak Inah, pembantu di keluarga kami yang sudah kami anggap sebagai keluarga sendiri, hanya berkata, "Bobo sudah pergi ke surga, Sinyo." Surga? Tempat apa itu. Yang saya tahu, bobo kini hidup di taman depan rumah kami bersama dengan pohon dan rumput yang tumbuh di situ.

Setelah itu, beragam peristiwa terkait dengan kematian mulai menjadi pertanyaan buat saya. Diawali dengan kematian kakek dari tetangga saya. Kami mengenalnya sebagai "Engkong baik hati" yang suka memberikan kue dan permen untuk kami, anak-anak kecil yang suka berlarian di depan rumahnya. Yang paling puncak dan memukul saya adalah kematian ayah saya yang begitu mendadak pada 2014 lalu.

Antara Ketakutan dan Harapan

Dihadapkan pada pertanyaan tentang kematian, banyak orang dikepung oleh ketakutan. Mereka membayangkan peristiwa perpisahan dengan apa yang mereka anggap berharga dalam hidup. Ada yang membayangkan neraka yang penuh dengan api panas, dan ada yang membayangkan surga yang penuh dengan buah manis. Kecemasan dan ketakutan terselip di balik dua bayangan itu.

Orang lalu terpaku untuk hidup sehat, guna memperlambat kematian. Mereka berolahraga dengan giat, serta terobsesi dengan segala macam program kesehatan, mulai dari diet ala Dedi Corbuzier sampai dengan membeli peralatan fitness pribadi untuk di rumah. Di

balik segala usaha yang sekilas tampak mulia itu, sesungguhnya ada ketakutan yang tak pernah bisa dilepas.

Kita juga sedih dan takut, ketika mendengar berita kematian. Kita merasa sedih, ketika membaca berita kematian, akibat perang yang tak henti-hentinya di Timur Tengah. Kita merasa sedih, ketika mendengar, teman dekat atau saudara kita meninggal. Kematian mengundang beragam emosi yang seringkali sulit dikendalikan.

Ada juga yang melihat kematian sebagai harapan. Bagi mereka, hidup adalah penderitaan. Hidup dipenuhi dengan tantangan dan ketidakadilan. Maka, kematian lalu menjadi jalan keluar, guna mendapatkan keadaan yang lebih baik.

Namun, di balik ketakutan dan harapan, apa sesungguhnya kematian itu? Apakah ia ada? Apakah ia hanya sekedar konsep atau bayangan kita? Mengapa ia dipenuhi begitu banyak misteri yang mengundang kecemasan sekaligus harapan?

Perubahan dan Kesalingterkaitan

Jika kita bilang, bahwa sesuatu itu mati, kita secara tidak langsung menyatakan, bahwa sesuatu itu berakhir. Ada titik yang mengakhiri keberadaannya. Ada keterputusan antara yang ”ada”, dan menjadi yang ”tiada”. Namun, apakah sesuatu itu pernah sungguh berakhir?

Bobo, anjing saya, kini menyatu dengan pohon, rumput serta buah di taman depan kami yang kecil. Abu jenazah dari ”Engkong yang baik hati” kini tersebar di lautan di dekat Pantai Ancol. Abu ayah saya kini menyatu bersama ikan dan beragam mahluk hidup lainnya di laut Jawa.

Mereka tidak berakhir. Mereka bergerak lanjut. Mereka berubah. Mereka memperkaya kehidupan. Mereka tidak terputus. Mereka tidak ”mati”.

Salah satu hukum utama di dalam fisika modern adalah hukum kekekalan energi. Isinya menegaskan, bahwa energi tidak bisa musnah.

Ia hanya bisa berubah. Mereka yang "mati" tidaklah berakhir, melainkan berubah, dan memperkaya kehidupan semesta.

Di dalam Filsafat Timur, keberadaan (*existence*) selalu terkait dengan perubahan (*impermanence*) dan kesalingterkaitan (*interdependence*). Artinya, keberadaan kita tidaklah pernah tetap. Ia selalu berubah sejalan dengan perubahan segala hal yang ada di semesta. Kita juga tidak pernah sendirian, melainkan selalu menjadi bagian yang tak terpisahkan dari segala yang ada di alam semesta ini.

Kesalahpahaman

Belajar dari fisika modern dan filsafat Timur, kita bisa bilang, bahwa kematian itu tidak ada. Ketika orang "mati", tubuh dan energinya bergerak terus memperkaya kehidupan semesta yang selalu menjadi bagian dari dirinya. Kita tidak pernah berakhir. Tidak ada titik dan kata putus di dalam keberadaan kita.

Kematian, dengan demikian, adalah kesalahpahaman. Kematian adalah konsep yang lahir dari kesalahan berpikir. Sejatinya, senyatanya, kita tidak pernah mati, dan kita tidak pernah lahir. Kita selalu ada di alam semesta ini dengan segala bentuk yang kita gunakan, dan selalu dalam hubungan dengan segala hal yang ada.

Bobo, anjing saya tercinta, kini menjadi buah yang siap dimakan, ketika musimnya tiba. Ayah saya kini menjadi bagian dari lingkungan laut yang juga tak bisa dipisahkan dari kehidupan lainnya. Semuanya saling terhubung dan tak terpisahkan. Kita adalah mereka.

Namun, senyatanya, tidak ada kita. Tidak ada mereka. Semua hanyalah konsep. Senyatanya, kita semua satu dan sama. Tak ada mati. Tak ada hidup. Tak ada gerak. Tak ada perubahan. Tak ada keterpisahan. Tak ada perpisahan. Mungkin sebaiknya, kita menari….

Epilog:

Beberapa hal kiranya bisa dikatakan, guna mengakhiri buku ini. Salah satu yang perlu disadari adalah soal gerak dari pikiran manusia. Pemahaman atas gerak dari pikiran kita ini akan membantu kita menjalani berbagai hal dalam kehidupan, terutama ketika krisis datang menghadang. Salah satu ciri utama pikiran manusia adalah terkait dengan eksistensi, yakni keberadaan dari sesuatu.

Pikiran kita kerap mengira, bahwa sesuatu itu ada, padahal sebenarnya tidak. Dan sebaliknya, ia juga seringkali membuat sesuatu yang ada menjadi tiada. Satu contoh kiranya penting untuk disampaikan. Kita kerap kali menghubungkan dua hal yang tak berhubungan, hanya karena perkiraan yang muncul di kepala kita. Perkiraan ini tak bisa dibuktikan, namun kita lalu membuat pengandaian dengan menganggapnya sebagai ada.

Pola ini telah membawa banyak petaka dalam hidup manusia. Keluarga dan bahkan bangsa hancur, karena kesalahpahaman yang lahir dari pola semacam ini. Jika pikiran kita membuat sesuatu yang tidak ada menjadi ada, maka kita akan cenderung bersikap tidak tepat di dalam menanggapi berbagai keadaan yang terjadi. Buahnya tidak hanya penderitaan besar bagi diri sendiri, tetapi juga bagi orang lain.

Sebaliknya, pikiran kita juga cenderung mengabaikan, apa yang sesungguhnya ada. Matahari bersinar, burung bernyanyi merdu, semua terabaikan, ketika kita dibebani oleh masa lalu dan masa depan di dalam pikiran kita. Bunga yang indah luput dari pandangan mata, ketika pikiran kita kacau oleh karena satu dan lain hal. Segala berkah tampak tak berarti, ketika malang datang menimpa.

Ketika pikiran kita sendiri menipu kita, kita mencoba mencari jalan keluar. Agama dan tradisi berusaha membantu. Akan tetapi, keduanya kerap hanya menghasilkan larangan dan aturan baru, yang

menghasilkan tegangan hidup yang lebih besar. Tegangan ini justru menjadi sumber bagi beragam bentuk kekerasan dan kejahatan yang baru.

Tegangan semakin diperkuat, karena rasa takut yang muncul, akibat kesalahan berpikir. Rasa takut adalah ciptaan pikiran yang bergerak tanpa arah, dan dianggap sebagai kenyataan. Ini menciptakan ilusi yang amat kuat yang nantinya membuat hidup orang menderita. Ketika ini disadari sebagai sebuah kekosongan yang datang dan pergi, maka orang bisa secara perlahan tapi pasti terlepas dari rasa takut yang mencekamnya.

Kebebasan dari rasa takut juga berarti kebebasan yang sesungguhnya. Ini adalah kebebasan sejati yang berada sebelum segala bentuk pemahaman tentang kebebasan. Ini hanya mungkin diraih, jika orang tidak melekat pada pendapat maupun pikirannya. Artinya, ia tidak semata menerima, bahwa pendapat dan pikirannya adalah benar.

Yang kita butuhkan bukan hanya kebebasan berpendapat, tetapi juga kebebasan dari pendapat. Artinya, kita tidak dijajah oleh pikiran dan pendapat yang kita punya, melainkan bisa bersikap kritis dan tepat atasnya. Hanya dengan melepaskan segala kelekatan (*Anhaftung*) pada pendapat dan pikiran kita sendiri, kita lalu bisa melihat kenyataan sebagaimana adanya, yakni kenyataan sebelum konsep dan pikiran. Ketika kita bisa melihat kenyataan pada dirinya sendiri, kita lalu bisa menemukan kedamaian sejati yang sudah selalu ada di dalam diri kita.

Kedamaian pikiran adalah kunci dari perdamaian dunia. Inilah artinya menjadi manusia di dunia yang sementara ini.

Daftar Pustaka

Ensiklik Laudato si. http://w2.vatican.va/content/francesco/de/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html 25 Juni 2015

Forst, Rainer, *Das Recht auf Rechtfertigung: Elemente einer konstruktivistischer Theorie der Gerechtigkeit*, 2007

Schöpf, Michael, *"Laudato Si'' ist keine reine Umweltenzyklika" Institut für Gesellschaftspolitik ordnet Lehrschreiben des Papstes ein*:https://www.hfph.de/presse-oeffentlichkeitsarbeit/pressemeldungen-2/laudato-si-ist-keine-reine-umweltenzyklika 25 Juni 2015

Vogt, Markus, *Es gilt das gesprochene Wort! Würdigung der neuen Enzyklika "Laudato si' – Über die Sorge für das gemeinsame Haus" durch Prof. Dr. Markus Vogt, bei der Pressekonferenz am 18. Juni 2015 in München*

Van den Brink, Bert, "Recensie van: Rainer Forst (2007) Das Recht auf Rechtfertigung. Elemente einer konstruktivistischer Theorie der Gerechtigkeit. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 413 pp", *Krisis Journal of Philosophy*, 2008.

Wallacher, Johannes, Laudato Si' *–Kompass für eine menschen- und umweltgerechte Entwicklungsagenda Thesen zur Zusammenfassung und Einordnung der Enzyklika "LAUDATO SI'. ÜBER DIE SORGE FÜR DAS GEMEINSAME HAUS" von Papst Franziskus,* https://www.hfph.de/nachrichten/thesen-zur-enzyklika-laudato-si 25 Juni 2015

Wattimena, Reza A.A., *Melampaui Negara Hukum Klasik*, 2007.

———————————– (ed), *Filsafat Politik untuk Indonesia*, 2011.

———————————–, "Dunia Baru, Masalah Baru, Metode Baru", *Majalah Basis*, 2013

Biodata Penulis

Reza A.A Wattimena (Reza Alexander Antonius Wattimena) adalah Dosen di Fakultas Filsafat UNIKA Widya Mandala, Surabaya. Bidang penelitian Filsafat Politik, Filsafat Ilmu Pengetahuan dan Filsafat Timur. Doktor Filsafat Politik dari *Hochschule für Philosophie München, Philosophische Fakultät SJ München Jerman* dengan disertasi berjudul *Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung*. Penulis lepas di berbagai media.

Karya yang telah diterbitkan:

1. Melampaui Negara Hukum Klasik (2007)
2. Filsafat dan Sains (2008)
3. Filsafat Kritis Immanuel Kant (2010)
4. Bangsa Pengumbar Hasrat (2010)
5. Filsafat Perselingkuhan sampai Anorexia Kudus (2011)
6. Filsafat Kata (2011)
7. Ruang Publik (artikel dalam buku, 2010)
8. Menebar Garam di atas Pelangi (artikel dalam buku, 2010)
9. Membongkar Rahasia Manusia (editor, 2010)
10. Metodologi Penelitian Filsafat (editor dan penulis, 2011)
11. Filsafat Ilmu Pengetahuan (editor, 2011)
12. Filsafat Politik untuk Indonesia (editor dan penulis, 2011)
13. Penelitian Ilmiah dan Martabat Manusia (2011)
14. Etika Komunikasi Politik (artikel dalam buku, 2011)
15. Filsafat Anti Korupsi (2012)
16. Menjadi Pemimpin Sejati (2012)

17. Menjadi Manusia Otentik (2012)
18. Tuhan dan Uang (artikel dalam buku, 2012)
19. Komunitas Politis: Fenomenologi Politik (Jurnal Arete, 2012)
20. Pendidikan Manusia-Manusia Demokratis (Jurnal Arete, 2012)
21. Dunia dalam Gelembung (2013)
22. Filsafat Sebagai Revolusi Hidup (2015)
23. Matamatika (penulis bersama Falensius Nango dan Fransiskus, (2015)
24. Bahagia, Kenapa Tidak? Sebuah Refleksi Filosofis (2015)
25. Manusia dan Kekerasan Massa (Jurnal Filsafat Wisdom 2011)
26. Menuju Indonesia yang Bermakna (Jurnal Studia 2011)
27. Ekonomi Kesejahteraan Publik (Jurnal Respons 2013)
28. Filsafat Pendidikan Humboldt (Jurnal Melintas 2014)
29. Koan dan Zazen (Akan terbit Jurnal Ledalero 2016)
30. Multikulturalisme Nancy Fraser (Jurnal Diskursus 2008)
31. Demokrasi: Dasar Filosofis dan Tantangannya (akan terbit 2016)
32. Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung (2016)

Juga aktif menulis di majalah Basis, jurnal-jurnal filsafat, koran Jubileum Surabaya, dan artikel populer di www.rumahfilsafat.com

TENTANG MANUSIA

"Di dalam buku ini, beragam pemahaman tentang manusia ini dikupas secara ringan, mendalam, serta sejalan dengan beragam penelitian terbaru yang berkembang di dalam ilmu pengetahuan modern, seperti neurosains."

"Namun, buku ini tidak hanya bergerak di tataran teoritis, tetapi juga mencoba melihat pergulatan manusia di dalam kehidupan sehari-harinya. Ia juga tidak hanya menggambarkan lika liku kehidupan manusia, tetapi juga menawarkan arah untuk perkembangannya."

"Buku ini saya persembahkan kepada orang-orang yang ingin memahami apa artinya menjadi manusia di abad 21 ini. Ilmu-ilmu sosial dan ilmu-ilmu manusia kerap kali jatuh pada pemaparan yang jauh dari pergulatan hidup manusia sehari-hari yang penuh dengan keringat dan air mata. Buku ini tidak ingin mengulangi kesalahan yang sama semacam itu. Harapannya, pembaca bisa menemukan pencerahan pemikiran, serta menemukan, siapa diri mereka sejatinya."

Reza A,A Wattimena (Reza Alexander Antonius Wattimena) adalah Dosen di Fakultas Filsafat UNIKA Widya Mandala, Surabaya. Bidang penelitian Filsafat Politik, Filsafat Ilmu Pengetahuan dan Filsafat Timur. Doktor Filsafat Politik dari *Hochschule für Philosophie München, Philosophische Fakultät SJ München* Jerman dengan disertasi berjudul *Zwischen kollektivem Gedächtnis, Anerkennung und Versöhnung*. Penulis lepas di berbagai media.

ISBN 978-602-08931-5-0
9 786020 893150
MaHaRSa
www.maharsa.co.id touching by heart